

GUÍA

RECOMENDACIONES PARA UN MENÚ LIBRE DE GLUTEN SEGURO



Recomendada por CONAL - ACTA N°152

■
Recomendada su implementación
por la Comisión Nacional de Alimentos
(CONAL), Acta N° 152, Reunión ordinaria
del 29 de noviembre de 2023.

AUTORIDADES

PRESIDENTE DE LA NACIÓN

Dr. Alberto Ángel Fernández

MINISTRA DE SALUD DE LA NACIÓN

Med. Carla Vizzotti

SECRETARIO DE CALIDAD EN SALUD

Med. Alejandro Federico Collia

ADMINISTRADOR NACIONAL ADMINISTRACIÓN NACIONAL DE MEDICAMENTOS, ALIMENTOS Y TECNOLOGÍA MÉDICA

Farm. Manuel Limeres

SUBADMINISTRADORA NACIONAL ADMINISTRACIÓN NACIONAL DE MEDICAMENTOS, ALIMENTOS Y TECNOLOGÍA MÉDICA

Lic. Valeria Garay

DIRECTORA DEL INSTITUTO NACIONAL DE ALIMENTOS

Lic. Mónica López

DIRECTORA DE PREVENCIÓN, VIGILANCIA Y COORDINACIÓN JURISDICCIONAL

Mg. Lourdes D'Espósito

DIRECTORA DE LEGISLACIÓN E INFORMACIÓN ALIMENTARIA PARA LA EVALUACIÓN DEL RIESGO

Lic. María Evangelina Macías

DIRECTORA DE FISCALIZACIÓN Y CONTROL

Lic. Silvana Ruarte

ELABORACIÓN Y REDACCIÓN

DEPARTAMENTO DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD ALIMENTARIA

Lic. Josefina Busetto

Mg. Daiana Sloodmans

Lic. Virginia Martínez

REVISIÓN

DEPARTAMENTO DE AUTORIZACIÓN Y COMERCIO EXTERIOR DE ALIMENTOS

Lic. Mariana Casaliba

COLABORACIÓN

Lic. Soledad Isarralde

Vet. Daniela Poderoso

Lic. Natalia García Reffo

Lic. Claudio Magno

DISEÑO

DG. Adriana Capalbo

DG. Andrés Figueroa

Lic. Susana Hauy

Valentín Manuel Rodríguez

DG. Federico Torrado

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	5
SIGLAS Y ACRÓNIMOS	6
Módulo 1	7
INTRODUCCIÓN.....	7
1.1. Enfermedad Celíaca: síntomas, diagnóstico y tratamiento.....	7
1.2. Gluten: cereales que lo contienen.....	7
1.3 Alimentación libre de gluten	7
1.4. Listado Integrado de Alimentos Libres de Gluten.....	8
1.5. Marco normativo	8
1.6. Puntos claves	9
Módulo 2	10
RESPONSABILIDAD DE OFRECER MENÚ LIBRE DE GLUTEN	10
2.1. Compromiso del sector gastronómico.....	10
2.2. Dirección técnica.....	10
2.3. Capacitación.....	11
Módulo 3	12
ESTRATEGIAS DE ORGANIZACIÓN	12
3.1 Alternativas para la elaboración mixta	12
3.2. Auditoría interna o autocontrol.....	13
Módulo 4	14
DISEÑO DEL MENÚ LIBRE DE GLUTEN.....	14
4.1. Clasificación de ingredientes	14
4.2. Definición del menú a ofrecer.....	15
Módulo 5	17
ELABORACIÓN DEL MENÚ LIBRE DE GLUTEN.....	17
5.1 Compra y recepción de ingredientes	18
5.2 Almacenamiento.....	18
5.3 Elaboración del menú.....	21
Módulo 6	24
SERVICIO.....	24
6.1. La carta.....	24
6.2. Toma del pedido	24
6.3. Servicio en salón	24
6.4. Exhibición de alimentos Libre de Gluten - Autoservicio.....	25
6.5. Distribución - Reparto a domicilio.....	25
Módulo 7	26
LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN.....	26
GLOSARIO	29
ANEXO 1 – MODELO DE RECETA	30
ANEXO 2 – RÓTULO.....	31
ANEXO 3 – PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE MESADA DE USO COMPARTIDO	32
ANEXO 4 - MODELO DE REGISTRO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN.....	34
ANEXO 5 - LISTA DE VERIFICACIÓN	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	39

PRESENTACIÓN

La Enfermedad Celíaca es una intolerancia permanente al gluten, un conjunto de proteínas que se encuentra en el trigo, avena, cebada y centeno, que afecta al intestino delgado de las personas con predisposición genética.

En Argentina, se ha estimado que 1 de cada 167 personas adultas son celíacas [1] mientras que en la población infantil la prevalencia asciende a 1 de cada 79 [2].

El único tratamiento consiste en una alimentación exenta de gluten de por vida. Con esto se consigue la desaparición de los síntomas clínicos y la normalización de la mucosa y función intestinal, a la vez que se evitan las posibles complicaciones que pudieran aparecer en forma tardía.

En los últimos años, se han dado grandes pasos en materia de legislación destinada a mejorar la calidad de vida de la comunidad celíaca de nuestro país. Esto se ve reflejado en la sanción de la Ley N° 26.588 y su modificatoria N° 27.196 [3], que declara de interés nacional las distintas acciones sanitarias relacionadas con la Enfermedad Celíaca y establece las obligaciones de la autoridad sanitaria de control de alimentos y los requisitos que deben cumplir los alimentos para ser considerados libres de gluten.

Cabe destacar la reciente publicación del decreto reglamentario de la Ley N° 26.588 [4], el cual establece las instituciones y establecimientos obligados a ofrecer al menos una opción de alimentos o menú libre de gluten (LG), y que, para ello, deben implementar los lineamientos de la presente Guía.

La primera edición de esta Guía (2018) se elaboró con el objetivo de promover prácticas seguras para la manipulación de menús libres de gluten en el sector gastronómico, y contribuir a ampliar la oferta segura. Dichas prácticas se consolidaron desde una perspectiva colaborativa, participando de su elaboración áreas de control de alimentos municipales (RENAPRA) y provinciales (PFCA), referentes del Programa Nacional de Detección y Control de Enfermedad Celíaca (MSAL), centros de asistencia técnica y otros sectores vinculados a la temática.

En esta oportunidad, esta nueva edición de la Guía pretende brindar una actualización de las recomendaciones teniendo en consideración las recientes modificaciones establecidas en el marco normativo.

Aclaración

Esta publicación no pretende incluir todos los requisitos necesarios para el cumplimiento de las Buenas Prácticas de Manufactura en una institución o establecimiento que elabora alimentos, sino que aborda especialmente aquellos puntos relevantes a tener en cuenta para evitar la contaminación con gluten de los alimentos libres de gluten.

SIGLAS Y ACRÓNIMOS

ALG: Alimentos Libres de Gluten

ANMAT: Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica

BPM: Buenas Prácticas de Manufactura

CAA: Código Alimentario Argentino

INAL: Instituto Nacional de Alimentos

LG: Libre de Gluten

PFCA: Programa Federal de Control de Alimentos

POES: Procedimientos Operativos Estandarizados de Saneamiento

RENAPRA: Red Nacional de Protección de Alimentos

INTRODUCCIÓN

1.1. Enfermedad Celíaca: síntomas, diagnóstico y tratamiento

La **Enfermedad Celíaca** es una intolerancia permanente al gluten, un conjunto de proteínas que se encuentra en el trigo, avena, cebada y centeno, que afecta al intestino delgado de las personas con predisposición genética [5]. Esta intolerancia puede aparecer en cualquier momento de la vida, desde la lactancia hasta la adultez avanzada.

El gluten provoca la lesión y atrofia de las vellosidades del intestino delgado, lo que conduce a una malabsorción de nutrientes. Los **síntomas** más frecuentes de la enfermedad celíaca suelen ser: pérdida de peso, diarrea crónica, anemia, distensión abdominal, retraso del crecimiento, alteraciones del carácter, aparición de aftas bucales, entre otros. Dependiendo de la sensibilidad individual, los síntomas pueden ser moderados o incluso estar ausentes lo que muchas veces dificulta el diagnóstico de esta patología.

El **diagnóstico** de la enfermedad celíaca se inicia con un análisis de sangre en busca de anticuerpos específicos y luego se confirma el diagnóstico mediante una biopsia intestinal.

El único **tratamiento** consiste en mantener una alimentación libre de gluten durante toda la vida. De esta manera, se consigue la desaparición de los síntomas, la normalización de la serología y la recuperación de las vellosidades intestinales.

1.2. Gluten: cereales que lo contienen

El gluten es un conjunto de proteínas (prolaminas y glutelinas) que se encuentra en forma natural en algunos cereales como el trigo, la avena, la cebada y el centeno.

Durante el proceso de amasado, estas proteínas se mezclan con agua y forman una red que le confiere elasticidad y extensibilidad y esponjosidad a las masas.

1.3 Alimentación libre de gluten

La alimentación es uno de los componentes que influyen en el estado de salud, por lo que resulta fundamental incluir diariamente una variedad de alimentos que aporten todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para vivir saludablemente.

Las personas celíacas pueden comer todo tipo de productos no industrializados como carnes, verduras, frutas y legumbres, ya que no contienen gluten en su composición natural, pero siempre que se seleccionen, manipulen y preparen cumpliendo con prácticas seguras.

IMPORTANTE: LA CONTAMINACIÓN CRUZADA OCURRE CUANDO UN ALG ENTRA EN CONTACTO CON GLUTEN, AUNQUE SEA EN PEQUEÑAS CANTIDADES.

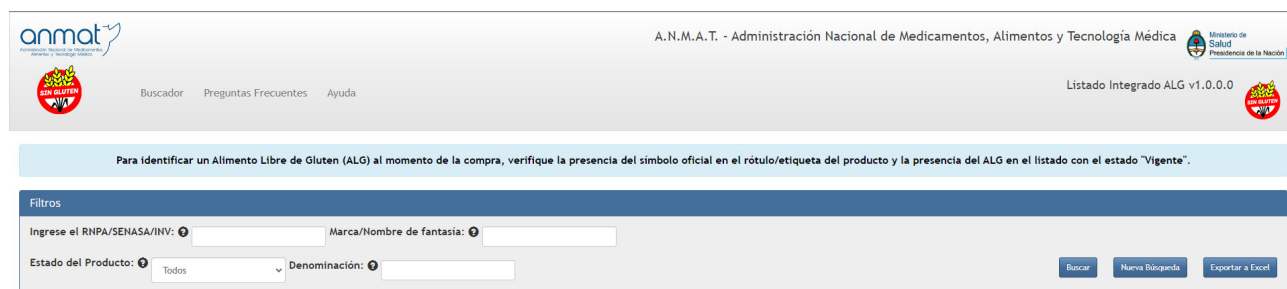
Los alimentos y bebidas **industrializados** pueden contener gluten en su **composición**, ya sea como ingrediente o aditivo, formando parte de espesantes, colorantes, aromatizantes, etc.

Por otra parte, en un alimento que no lo contiene, puede **introducirse involuntariamente** durante el proceso de industrialización, a través de superficies, aire, equipos, entre otros. Por tal motivo, es recomendable que se consuman únicamente aquellos alimentos que estén **autorizados como libres de gluten**. Para conocer si un alimento presenta dicha condición, se consultará el [Listado Integrado de Alimentos Libres de Gluten \(ALG\)](#) disponible en la página web de la ANMAT [6], o consultar al área de control de alimentos correspondiente para conocer las opciones autorizadas para su comercialización en el nivel local o provincial [7].

1.4. Listado Integrado de Alimentos Libres de Gluten

El Listado Integrado de Alimentos Libres de Gluten publicado por la ANMAT consiste en una base de datos compuesta por los alimentos libres de gluten nacionales e importados que fueron autorizados para su comercialización en todo el país. Este listado se construye a partir de la información proporcionada por las distintas autoridades sanitarias provinciales, el Instituto Nacional de Alimentos (INAL), el Servicio Nacional de Sanidad y Calidad Agroalimentaria (SENASA) y el Instituto Nacional de Vitivinicultura (INV). Se recomienda consultarlo en forma periódica, ya que se actualiza permanentemente.

La búsqueda de un alimento en el Listado Integrado de ALG se realiza de forma online, de manera rápida, sencilla y gratuita. Para conocer cómo realizar la búsqueda, se sugiere consultar la página web de ANMAT [6] en el apartado “preguntas frecuentes”.



1.5. Marco normativo

El Código Alimentario Argentino (CAA), en su artículo 1383 del Capítulo XVII [8], define como **Alimento y bebida Libre de Gluten** “aquel que por las características de sus **ingredientes** o a través de un **proceso tecnológico** adecuado que **efectivamente** demuestre que **remueve el gluten** y la aplicación de **buenas prácticas de manufactura** -que impidan la **contaminación cruzada**- no contiene prolaminas y glutelinas procedentes del **trigo**, de todas las especies de *Triticum*, como la escaña común (*Triticum spelta* L.), kamut (*Triticum polonicum* L.), de trigo duro, **centeno**, **cebada**, **avena** ni de sus variedades cruzadas. El contenido de **gluten** no podrá superar el **máximo de 10 mg/Kg**”. Además, se establecen los requisitos de rotulación que deben cumplir.

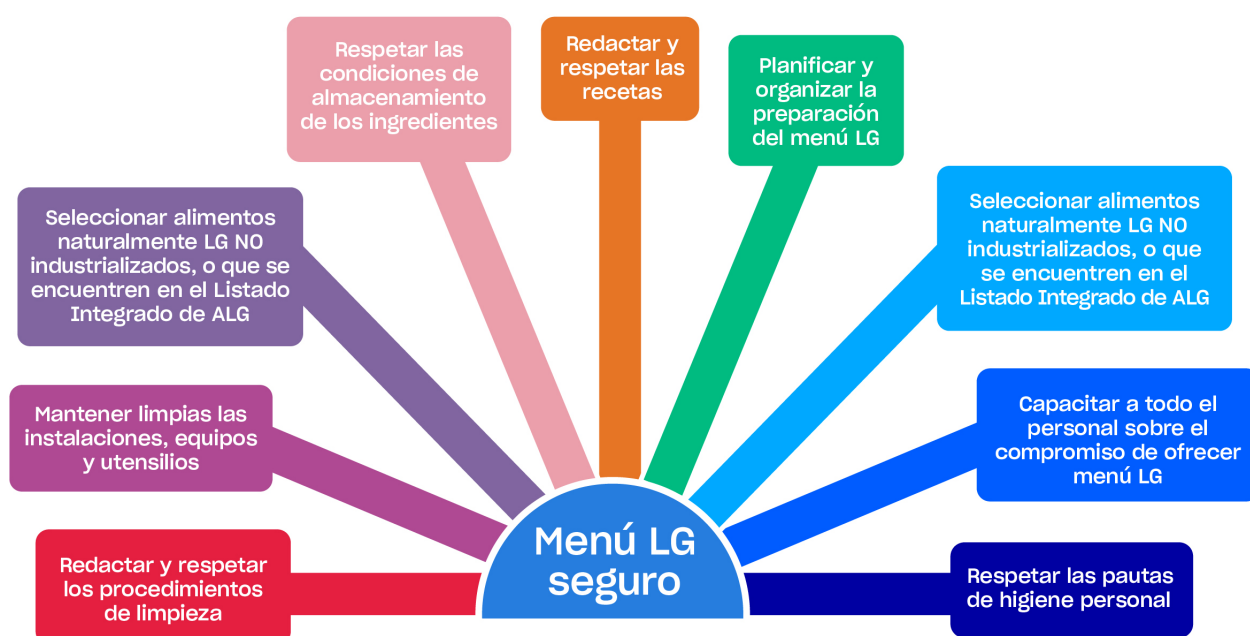
Para complementar la normativa, se han desarrollado herramientas tales como la **Guía de Buenas Prácticas de Manufactura para Establecimientos Elaboradores de Alimentos Libres de Gluten**, la cual brinda directrices y recomendaciones para la implementación, adecuación y auditoría interna de las BPM para dichos establecimientos; las **Directrices para la Autorización de un Alimento Libre de Gluten**, que definen los requisitos sanitarios mínimos para el registro de los alimentos libres de gluten; y las **Directrices para la Realización de Auditorías a Establecimientos Elaboradores de Alimentos Libres de Gluten**, que establecen criterios armonizados y basados en el enfoque peligro-riesgo para la verificación de las BPM. Todos estos documentos se encuentran disponibles en la página web de ANMAT [9].

Por otra parte, la Ley N° 27.196 que modifica a la Ley N° 26.588 sobre Enfermedad Celíaca, establece la obligatoriedad de que las instituciones y establecimientos ofrezcan al menos una opción de alimentos o un menú libre de gluten.

Por tal motivo, esta Guía se propone orientar y brindar recomendaciones al sector gastronómico para la implementación de prácticas seguras que permitan mantener la condición libre de gluten de los alimentos que se ofrecen a la comunidad celíaca.

1.6. Puntos claves

En esta sección, se sintetizan los aspectos primordiales a tener en cuenta en la manipulación del menú LG para evitar la contaminación con gluten a lo largo de todo el proceso de elaboración. Dichas pautas se profundizarán en los siguientes módulos de la presente Guía.



RESPONSABILIDAD DE OFRECER MENÚ LIBRE DE GLUTEN

En este módulo, se abordan las responsabilidades y el compromiso de las personas que trabajan en las instituciones y establecimientos que ofrecen ALG, así como la importancia de la capacitación como herramienta fundamental para una oferta segura.

2.1. Compromiso del sector gastronómico

Al incluir menús libres de gluten en su oferta, las instituciones y establecimientos asumen un **compromiso colectivo** con la salud de la comunidad celíaca.

La oferta de una preparación LG segura requiere de la implementación de prácticas adecuadas de higiene y manipulación y la aplicación de actividades/acciones de control a lo largo de todas las etapas del proceso, de forma de minimizar el riesgo de contaminación de los alimentos. Por ello, resulta fundamental que todo el personal que trabaja en las distintas áreas (administración, recepción, elaboración, servicio de mesa, reparto a domicilio, etc.) esté involucrado y reciba una capacitación específica. También se incluirá al personal que realiza el transporte de las materias primas, si es que pertenece a la propia institución o establecimiento. En caso de que el transporte esté a cargo de otra empresa, se transmitirá la importancia de que reciban capacitación sobre las prácticas necesarias para desarrollar dicha actividad (ver sección 5.1 “Compra y recepción de ingredientes”).

2.2. Dirección técnica

A continuación, se detallan las instituciones y establecimientos **exceptuados** de la **obligación** de contar con la presencia de una Dirección Técnica, de acuerdo a lo establecido en el Decreto N° 218/2023 [4]:

- Comedores y kioscos de instituciones de enseñanza
- Restaurantes y bares
- Kioscos y concesionarios de alimentos de las terminales y los paradores de transporte
- Locales de comida rápida

En el caso de que en dichos establecimientos se opte por la **elaboración propia del menú LG** (ver sección 4.2. “Definición del menú a ofrecer”), se deberá designar una persona **responsable** que será la encargada de **verificar** la implementación de las **medidas preventivas** y de **control** que han sido establecidas. Para esa tarea, se podrá utilizar la lista de verificación que se encuentra en la sección 3.2. “Auditoría interna o autocontrol”.

El rol de responsable podrá ser ocupado por la persona encargada de la cocina o servicio, cocinera/o, titular de la institución o establecimiento, entre otros.

Si bien cada establecimiento tendrá características y una organización particular, la persona responsable podrá brindar capacitación específica al personal según el puesto de trabajo (ver sección 2.3. “Capacitación”) y dar respuesta a las inquietudes, consultas y posibles reclamos de las personas celíacas que asisten al lugar.

IMPORTANTE: SE CONTARÁ CON UNA PERSONA RESPONSABLE DE VERIFICAR LA IMPLEMENTACIÓN DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS Y DE CONTROL DEFINIDAS EN EL ESTABLECIMIENTO.

2.3. Capacitación

La **capacitación** oportuna, continua, teórico-práctica es la medida **preventiva** por excelencia que debe implementarse en todas las instituciones y establecimientos para **evitar la contaminación con gluten**.

Actualmente, las pautas generales para la manipulación segura de los ALG forman parte de los **contenidos obligatorios** del **curso** requerido para la obtención del **carnet de manipulador de alimentos**. Cabe mencionar que, toda persona que realice actividades en contacto con alimentos debe aprobar dicha capacitación, de acuerdo a lo establecido en el artículo 21 del CAA [10].

Además, las instituciones y establecimientos deben garantizar que el personal reciba **pautas específicas propias del puesto de trabajo** a ocupar, teniendo en cuenta las **características y actividades** que se llevan a cabo en el lugar. Dichas pautas permitirán que cada persona conozca las medidas preventivas y de control a poner en práctica para manipular los ALG de forma segura. Asimismo, se le instruirá en qué **acciones** deberá tomar en caso de detectarse alguna posible contaminación.

La formación será extensiva a **todas las personas** que trabajan en el establecimiento, tanto si realizan tareas de forma fija como transitoria, e incluirá también a la persona titular del lugar.

La capacitación se realizará **previo al inicio y durante** el desarrollo de las funciones de cada trabajador/a. La frecuencia será establecida de acuerdo a las necesidades y objetivos particulares, de manera de propiciar que todas las personas conozcan cómo desarrollar su tarea. Se contemplarán los casos especiales como cambios de función o tarea o si se realizan modificaciones en la operatoria del lugar o en la dinámica con la que se venía trabajando. En las áreas de trabajo se recomienda colocar cartelería con información clave que resulte de ayuda de memoria en prácticas seguras, ya que en muchos casos puede ser necesario modificar la organización de las actividades de elaboración de alimentos.

A su vez, la **persona** que asuma el rol de **responsable** en la institución o establecimiento (ver sección 2.2. "Dirección técnica") deberá recibir una **formación complementaria** que permita **profundizar** sobre las herramientas para prevenir la contaminación cruzada en cada una de las etapas del proceso de elaboración del **menú LG**.

Tanto el entrenamiento como la evaluación quedarán **documentados**, de forma de evidenciar que el personal cuenta con formación en la temática. Para profundizar acerca de los programas de capacitación y la documentación requerida, se sugiere la "Guía orientadora para la capacitación en buenas prácticas de manufactura" [11].

IMPORTANTE: TODO EL PERSONAL SE CAPACITARÁ SOBRE LA ENFERMEDAD CELÍACA Y LAS PRÁCTICAS ESPECÍFICAS PARA PREVENIR LA CONTAMINACIÓN CON GLUTEN

ESTRATEGIAS DE ORGANIZACIÓN

La estrategia de organización más conveniente para cada institución o establecimiento se encuentra sujeta a las instalaciones de cada lugar, el tipo de platos convencionales que se elaboran, las características del menú LG que se pretenda ofrecer, los recursos económicos, entre otros.

Dicha elección determinará las prácticas diarias que será necesario implementar o modificar en el proceso de elaboración para evitar la contaminación cruzada con gluten.

A nivel general, las estrategias de organización que se pueden implementar son:

- I. **Compra de menú LG preparado y/o semielaborado:** se sugiere consultar el Listado Integrado de ALG (ver sección 1.4) o al área de control de alimentos del municipio o provincia correspondiente [7] para conocer los proveedores locales autorizados y las opciones disponibles.
- II. **Elaboración propia y exclusiva de menú LG:** se reduce el riesgo de contaminación con gluten durante el proceso de elaboración. Se prestará especial atención a la selección de los ingredientes con los que se elaborarán los platos y a la capacitación de las personas que trabajan en el lugar, de forma que no representen una fuente de contaminación.
- III. **Elaboración propia y mixta:** la elaboración de menú convencional (con gluten) y sin gluten representa un mayor riesgo de contaminación de los ALG, por lo que además de la selección de los ingredientes y la capacitación, se focalizará en la implementación de las recomendaciones planteadas en esta guía para las demás etapas involucradas en la elaboración.

3.1 Alternativas para la elaboración mixta

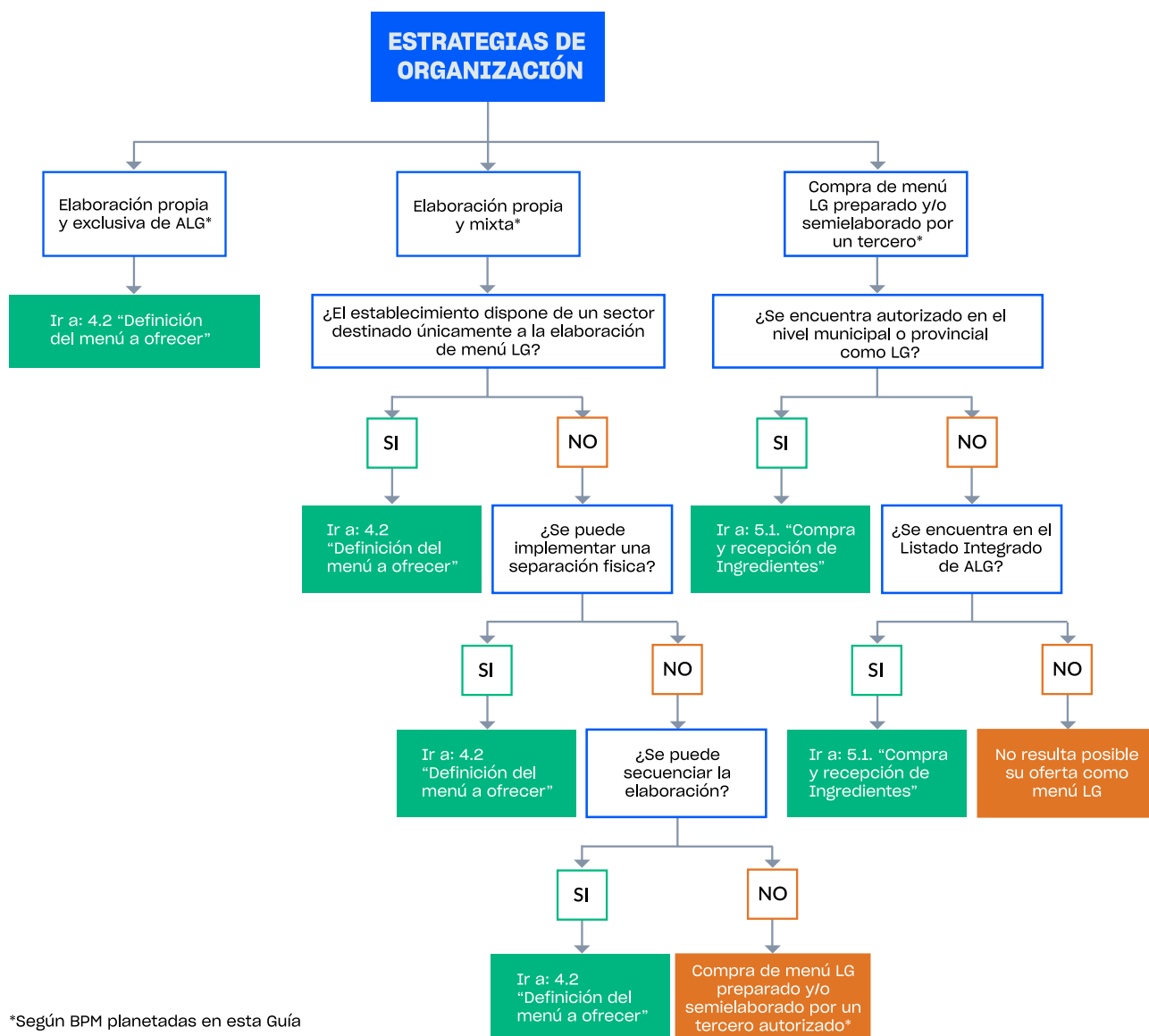
Se recomienda realizar la elaboración del menú libre de gluten en un sector de la cocina dedicado únicamente a tal fin. Esto puede lograrse adaptando el ambiente de elaboración a través de una **separación física** por medio de una pared divisoria de material sanitario, como por ejemplo: placas de yeso con una pintura lavable que permita su fácil limpieza. A fin de evitar la contaminación a través de los polvos en suspensión, el cerramiento será total (hasta el techo) y contará con puerta o cortina sanitaria de PVC.

Cuando por las características de la institución o establecimiento esta opción no resulte factible, se podrá establecer una **planificación y organización cronológica de la elaboración**. Esto significa destinar un día o turno de la semana para la elaboración del menú LG, o bien prepararlo al comienzo de la jornada laboral, previo a los menús convencionales. Estos platos quedarán pre-elaborados por lo que se rotularán como LG y se almacenarán antes de continuar con la preparación de los demás menús (ver sección 5.2.Almacenamiento).

En todos los casos, la elaboración del menú LG se realizará luego de una correcta **limpieza y desinfección** de las **instalaciones, equipos y utensilios** (ver Módulo 7. "Limpieza y desinfección"), con el objetivo de minimizar el riesgo de una posible contaminación con gluten.

En el caso de que no sea posible adoptar ninguna de las alternativas antes planteadas, se recomienda ofrecer **menú preparado/semielaborado** por elaboradores de ALG autorizados por la Autoridad Sanitaria Jurisdiccional correspondiente (municipal o provincial) [7].

En el siguiente diagrama se esquematizan las diversas opciones mencionadas que pueden adoptarse en las instituciones y establecimientos para la oferta de un menú libre de gluten.



3.2. Auditoría interna o autocontrol

Implementar un monitoreo de las actividades es de gran utilidad para prevenir y controlar los peligros que pueden comprometer la inocuidad de los alimentos. Asimismo, permite evidenciar las acciones que se llevan a cabo en el establecimiento para asegurar la inocuidad de los platos ofrecidos.

Realizar este seguimiento facilita, también, la identificación de posibles desvíos y oportunidades de mejora en el proceso.

Las listas de verificación representan una herramienta que permiten ordenar y guiar el procedimiento de monitoreo. En el Anexo 5, se pone a disposición un modelo que puede implementarse en las instituciones y establecimientos que ofrecen ALG.

DISEÑO DEL MENÚ LIBRE DE GLUTEN

En este apartado se abordan los aspectos a analizar para definir el tipo de oferta gastronómica, en el caso de que la institución o establecimiento opte por la estrategia de elaboración propia de menú LG (ver Módulo 3. “Estrategias de organización”).

4.1. Clasificación de ingredientes

En vistas de que los diferentes ingredientes presentan características particulares según su origen, el grado de manipulación, etc., la **selección** de los productos adecuados para la preparación del menú LG resultará un aspecto primordial a tener en cuenta.

IMPORTANTE: UN MENÚ LG DEBE SER ELABORADO MEDIANTE LA APLICACIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS DE ELABORACIÓN QUE EVITEN LA CONTAMINACIÓN CON GLUTEN A LO LARGO DE TODO EL PROCESO

A continuación, se muestran los distintos tipos de ingredientes y las recomendaciones para cada uno de ellos:

ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS QUE CONTIENEN GLUTEN

Harina de trigo, pan de centeno u otros panificados convencionales, pastas de trigo y pan rallado, entre otros.

NO se utilizarán en la preparación del menú LG.

ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN INDUSTRIALIZADOS

Leche, arroz, harina de arroz, harina y almidón de maíz, copos de maíz, fécula de mandioca, premezclas, leudantes, aceites, margarinas, condimentos, té e infusiones, café, yerba, azúcar, miel, conservas cárnicas, vegetales o de frutas, caldos y sopas, mermeladas, confituras y dulces, alfajores, barritas de cereal, salsas y aderezos, legumbres, hierbas y especias deshidratadas, frutas secas sin cáscara, semillas, aguas saborizadas, avena arrollada,

Se verificará su presencia en el Listado Integrado de ANMAT, y se evitará la compra a granel (ej.: especias, legumbres y frutas secas sin cáscara).

ALIMENTOS NATURALMENTE LIBRES DE GLUTEN NO INDUSTRIALIZADOS

Agua potable, carnes de todas las especies, huevo, frutas, frutas secas con cáscara, verduras, hortalizas, legumbres frescas, hierbas frescas.

* Elaboradas mediante procesos tecnológicos (por ej. utilización de enzimas permitidas que degradan el gluten) o la aplicación de BPM que permiten reducir su contenido de gluten al límite establecido en el CAA.

Dado que los **alimentos industrializados** (ver Glosario) pueden exponerse al gluten durante las distintas etapas de procesamiento, únicamente se tendrá certeza sobre su atributo libre de gluten cuando se encuentren **autorizados** como tal, estén rotulados y figuren en el **Listado Integrado de ALG de ANMAT** (ver sección 1.4).

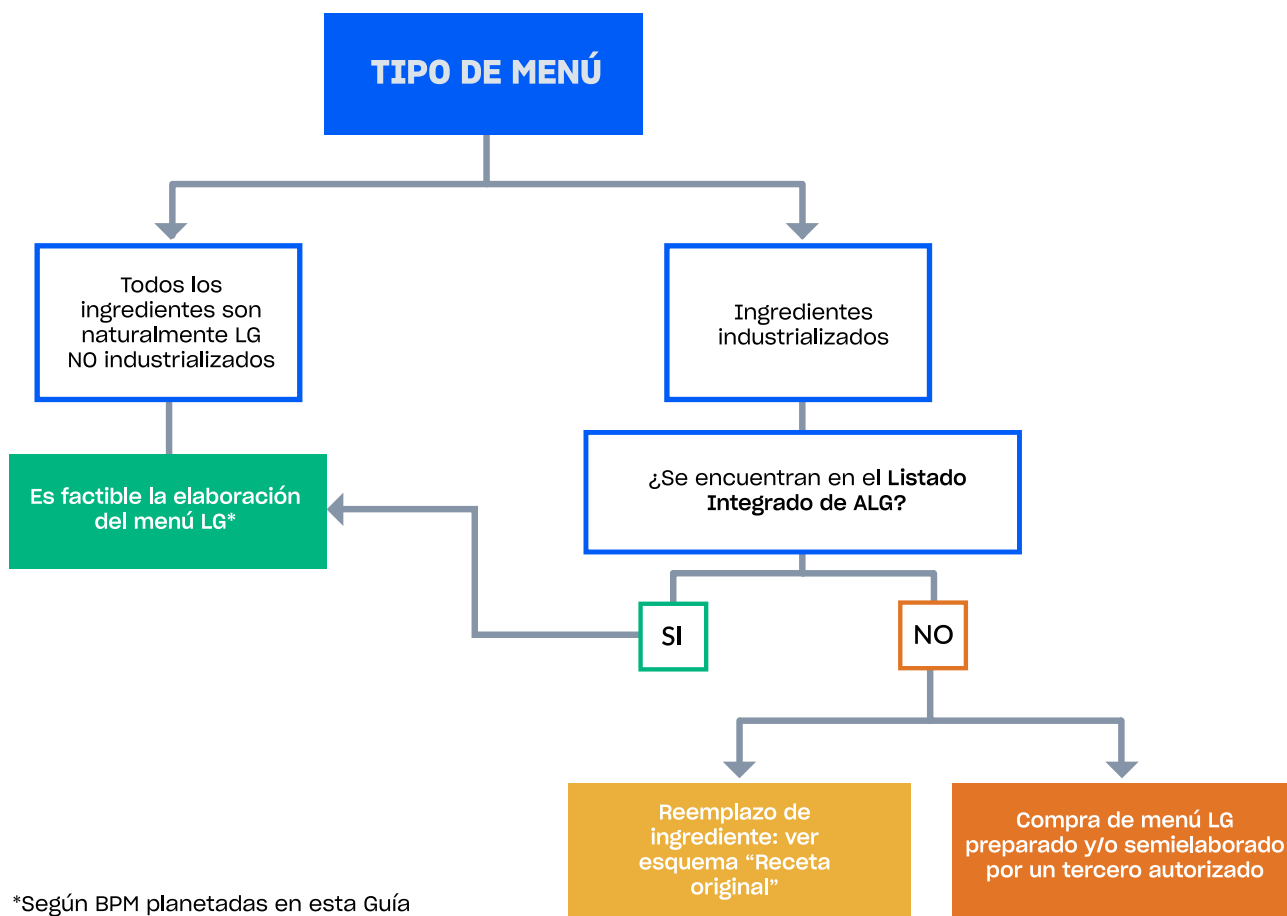
Cabe destacar que la normativa actual contempla la aplicación de procesos tecnológicos que permiten reducir el contenido de gluten en determinados productos, como por ejemplo: cervezas.

En relación a la avena, es importante mencionar que en nuestro país es frecuente la realización de cultivo mixto en los campos y, además, el almacenamiento, la molienda y el transporte suelen ser compartidos con trigo. Por este motivo, en caso de que se decida utilizar avena, se deberá verificar su presencia en el **Listado Integrado de ALG de ANMAT**.

Por otro lado, resulta oportuno aclarar que si bien el 95% de las personas celíacas serían tolerantes a las proteínas de la avena, éstas ocasionan daño en el porcentaje restante [12]. Por ello, se recomienda evitar su utilización en el menú LG, o bien, informar acerca de su presencia a las personas que asistan al establecimiento (ver sección 6.1. “La carta”).

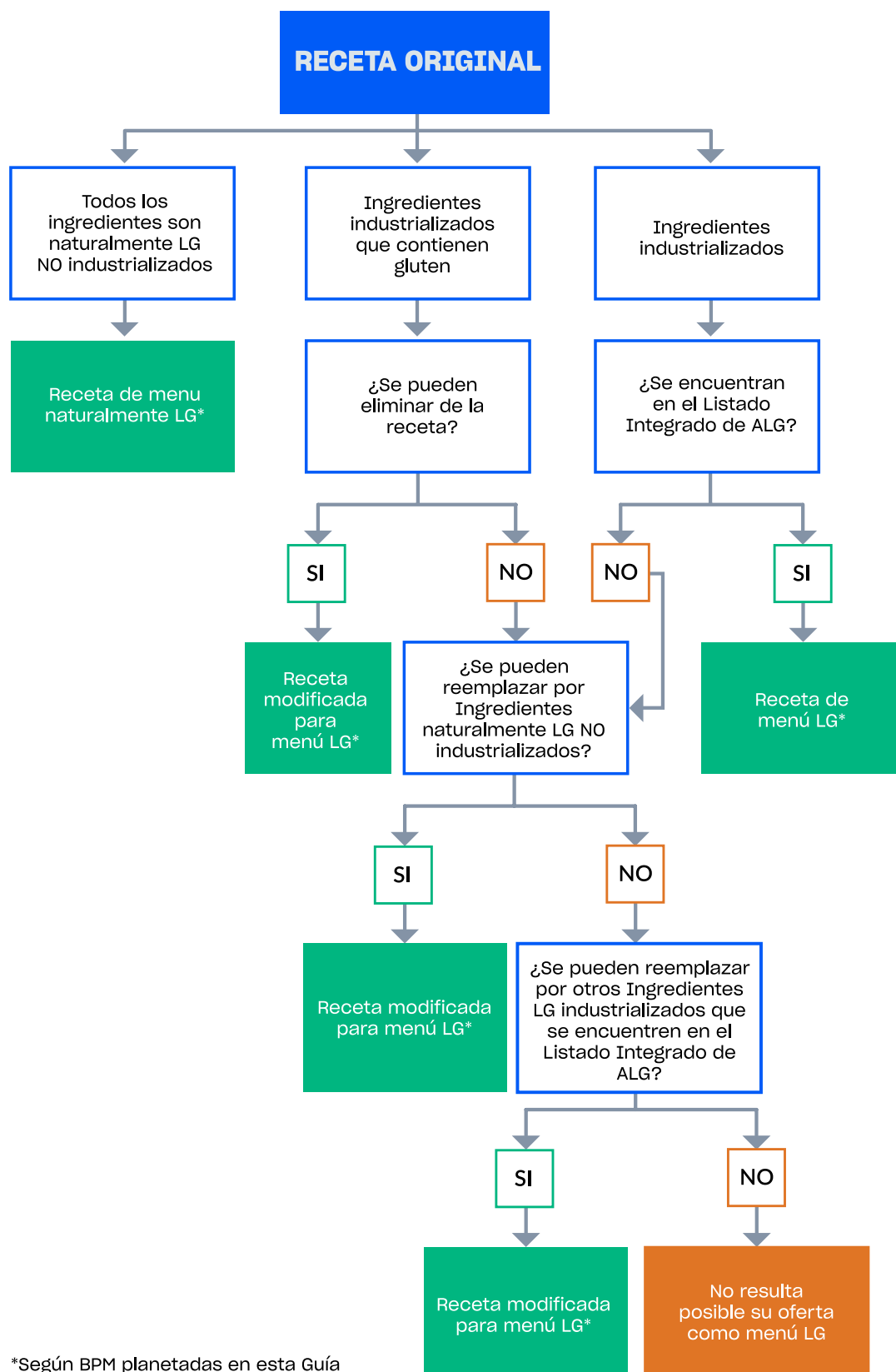
4.2. Definición del menú a ofrecer

La decisión sobre el tipo de menú contemplará no sólo los aspectos mencionados el módulo 3, sino también el tipo de ingrediente que se utilizará en el menú a ofrecer. En el siguiente esquema se muestran las opciones que se pueden implementar:



IMPORTANTE: EN TODOS LOS CASOS, EL MENÚ LG SE MANIPULARÁ TENIENDO EN CUENTA LAS PRÁCTICAS RECOMENDADAS EN ESTA GUÍA

En caso de que el menú LG a ofrecer sea **elaborado en la misma institución o establecimiento**, el siguiente paso consiste en definir si la receta habitual podría ofrecerse como LG o si requerirá una adecuación previa. Para ello, se propone el siguiente esquema que facilitará la decisión:



*Según BPM planetadas en esta Guía

ELABORACIÓN DEL MENÚ LIBRE DE GLUTEN

En este módulo, se especifican las recomendaciones para evitar la contaminación cruzada con gluten al momento de elaborar un menú LG. Los requisitos relacionados con el equipamiento y las prácticas seguras de manipulación están detalladas para cada etapa, desde la compra y recepción hasta la obtención del plato terminado.

IMPORTANTE: LAS PAUTAS Y RECOMENDACIONES DE ESTA GUÍA SON ADICIONALES AL CUMPLIMIENTO DE LAS BUENAS PRÁCTICAS DE MANIPULACIÓN PARA OBTENER ALIMENTOS INOCUOS.



Diagrama de Flujo de Elaboración de Menú

5.1 Compra y recepción de ingredientes

En esta sección, se mencionan las prácticas que se tendrán en cuenta al momento de realizar la compra y recepción de los ingredientes que se utilizarán en la preparación del menú LG.

- Previo a realizar la compra, se **informará al proveedor** sobre la necesidad de que los ingredientes LG industrializados a utilizar cumplan con el atributo LG en cada una de las entregas.
- Para esos ingredientes, además se corroborará su presencia en el **Listado Integrado de ALG** que publica la ANMAT (ver sección 4.1. “Clasificación de ingredientes”). También, se podrá consultar al área de control de alimentos correspondiente para conocer las opciones autorizadas para su comercialización en el nivel local o provincial.
- En cada entrega, se verificará que en el **rótulo** de los alimentos industrializados se encuentre la siguiente información:
 - denominación del producto seguida de la indicación “libre de gluten”, formando parte de ésta y;
 - símbolo oficial en su versión a color o blanco y negro

En anexo 2 se propone un ejemplo de cómo quedaría rotulado un ALG.



- Se verificará que el **transporte** de ALG no sea en simultáneo con ingredientes en polvo que puedan contener gluten como harinas y premezclas, a menos que éstos dispongan de un envase secundario, por ejemplo: embalados con film stretch. En este caso, para realizar el traslado se destinará, además, un espacio en la unidad de transporte alimenticio separado de ingredientes en polvo con gluten.
- Los envases deberán estar herméticamente cerrados e íntegros. Ante la presencia de algún envase roto o que no proteja el ALG, éste será **rechazado**.

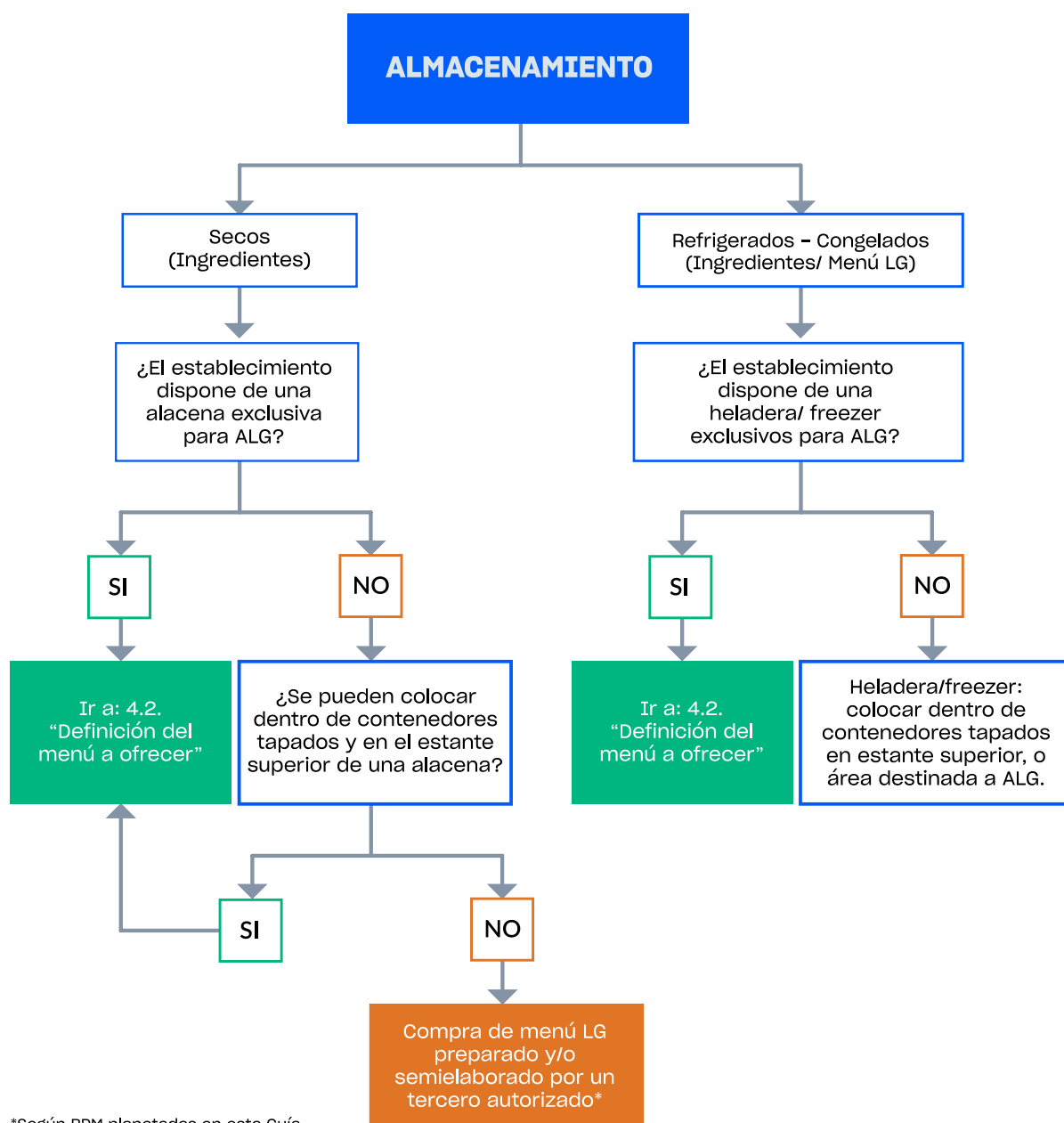
5.2 Almacenamiento

Se recomienda destinar una alacena **exclusiva** para el almacenamiento de todos los ingredientes secos que se empleen en la preparación del menú LG.

Aquellos ingredientes y menús LG que requieren ser almacenados bajo condiciones de refrigeración o congelación, se recomienda destinar **heladeras y/o freezers exclusivos**. En caso de utilizar freezers horizontales, se puede delimitar un sector exclusivo para ALG colocando una placa divisoria de plástico o metal.

Cuando esto no sea posible, otra alternativa consiste en colocar los ALG dentro de contenedores plásticos tapados herméticamente y ubicarlos en el **estante superior** de la alacena, heladera o freezer vertical. En todos los casos, los sectores y contenedores destinados para ALG se **identificarán** (por ejemplo: mediante carteles que indiquen “Libre de Gluten”), de forma de evitar confusiones.

El siguiente esquema resume las opciones planteadas en relación al almacenamiento que pueden implementarse en las instituciones y establecimientos que elaboran menú LG.

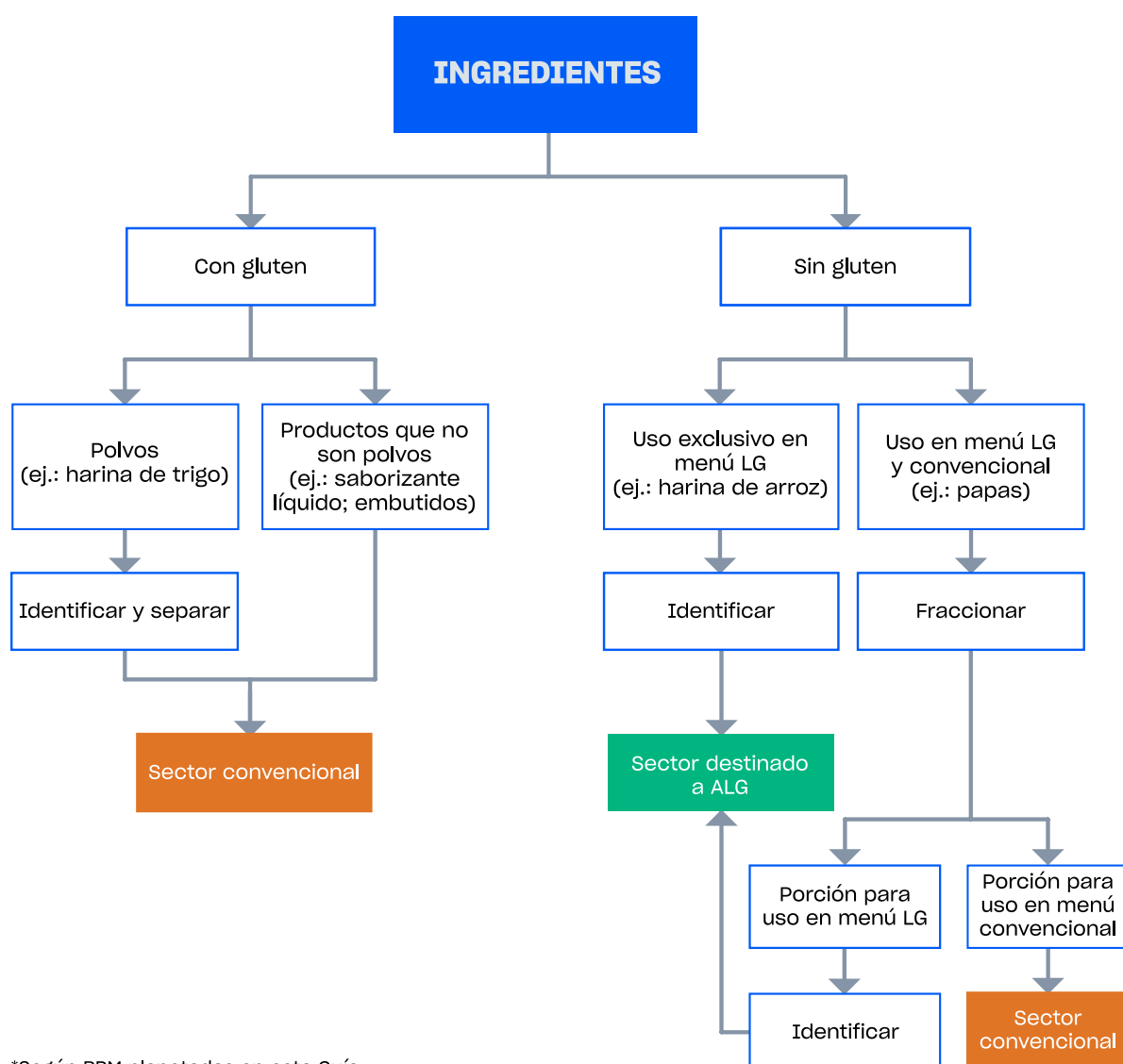


*Según BPM planteadas en esta Guía

A continuación, se mencionan algunos principios importantes a tener en cuenta durante la etapa de almacenamiento de los ingredientes, tanto a temperatura ambiente como en condiciones de refrigeración y congelación:

- Los menús LG preparados y/o semielaborados se mantendrán cerrados y en su envase original durante todo momento.

- Los ingredientes que se empleen en la elaboración del menú LG se **identificarán** y **almacenarán bien cerrados** en el sector destinado para ALG. Para ello, se recomienda el uso de etiquetas, cartelería, código de colores, etc.
- Se protegerán los ALG de ingredientes en polvo que puedan contener gluten como harinas y pan rallado, dado que son muy volátiles y podrían dispersarse involuntariamente y generar una contaminación.
- Se desecharán los ALG cuyos envases se encuentren rotos o ya no los protejan.
- Cuando un mismo ingrediente se emplee tanto en la elaboración del menú LG como en el convencional (por ejemplo: harina de maíz, papa deshidratada en escamas o huevo en polvo o líquido), se dispondrá de **dos envases originales**: uno de ellos se **identificará** como **ingrediente sin gluten** y se **almacenará por separado**. En caso de que se disponga de un solo envase del producto, durante la recepción se **fraccionará** (utilizando utensilios exclusivos) y se colocará en un **envase hermético**, el cual se identificará como ingrediente “sin gluten” y se almacenará en forma separada.



*Según BPM planetadas en esta Guía

5.3 Elaboración del menú

A la hora de elaborar un menú LG, el manejo dentro de la cocina debe realizarse siguiendo un flujo **ordenado y secuencial** del proceso, evitando la contaminación cruzada con gluten desde la selección de los ingredientes hasta la obtención del plato terminado.

IMPORTANTE: LAS RECOMENDACIONES QUE SE DETALLAN EN ESTA SECCIÓN APLICAN TAMBIÉN PARA MENÚS PRE-ELABORADOS

Planificación y Organización:

- Disponer de **recetas o fichas de producción escritas** (ver anexo 1. “Modelo de Receta”), actualizadas y accesibles para su consulta por parte del personal en todo momento. Detallar todo el proceso que se desarrollará para la preparación del plato, señalando los puntos críticos para evitar la contaminación con gluten.
- Especificar claramente en las recetas o fichas de producción que el menú es “sin gluten”.
- Revisar la receta y evaluar la mejor manera de introducir los ingredientes en el momento que corresponda en la cocina.

Pautas de higiene:

- **Limpiar** el área de elaboración del menú LG (ver *Módulo 7. “Limpieza y desinfección”*).
- **Lavarse las manos** con agua y jabón y secarse preferentemente con toalla de papel descartable, principalmente antes de comenzar la elaboración del menú LG y después de manipular alimentos con gluten o equipos y utensilios que hayan entrado en contacto con ellos.
- Comprobar que la vestimenta del personal involucrado en la elaboración del menú se encuentre limpia y no haya entrado en contacto con gluten (restos de harina, pan, etc.). En caso de ser necesario, cambiarla por otra o bien utilizar **delantales descartables**, los cuales se guardarán protegidos.

Preparación:

Los **equipos** que son de material poroso o que cuentan con codos y partes inaccesibles resultan **difíciles de limpiar**, pudiendo quedar restos de gluten. Por tanto, en el caso de amasadoras, batidoras, picadoras, procesadoras, entre otros, se dispondrá de equipos de **uso exclusivo para la preparación del menú LG**.

La manipulación del menú LG se realizará con **utensilios de uso exclusivo**. En este grupo se contemplan: espumaderas, coladores, planchas, ollas, sartenes, tablas, contenedores con tapa, pinzas, etc.

Los equipos y utensilios destinados exclusivamente a la preparación del menú LG se **identificarán** de forma visible mediante el uso de etiquetas o colores y se **cubrirán** luego de su utilización y limpieza. Para ello, se pueden emplear campanas protectoras, cobertores, films, entre otros. Se guardarán en recipientes o espacios cerrados (contenedores plásticos, alacenas), **separados del resto** de los objetos de la cocina para evitar una posible contaminación con gluten del ambiente (harina, migas de pan, pan rallado etc.).

A continuación, se detallan algunas pautas de manipulación a contemplar en esta etapa:

- **Apartar e identificar** los utensilios y vajilla que se utilizarán en forma exclusiva para la preparación del menú LG.
- Disponer e identificar **sal, aceite, vinagre, condimentos, etc.** que se utilicen únicamente para la preparación del menú LG, ya que pueden contaminarse con gluten durante su manipulación.
- Para **pesar y fraccionar** los alimentos, utilizar sus envases originales o contenedores con tapa claramente identificados. Limpiar la balanza antes y después de cada uso.
- Si se requiere **descongelar** alimentos LG, estos se mantendrán separados de los alimentos convencionales, en envases o recipientes cerrados.
- **Rotular como LG** las preparaciones total o parcialmente listas para utilizar o servir (por ejemplo: canelones de verdura) y que se mantienen refrigeradas o congeladas. Almacenarlas en el sector de la **heladera o freezer** destinado para **ALG** (ver sección 5.2. “Almacenamiento”).
- **Retirar** de la zona de elaboración todos aquellos alimentos o preparaciones en los que se sospeche una **posible contaminación con gluten**. Separarlos e identificarlos de inmediato. Tener en cuenta que éstos pueden servirse en el menú convencional.
- **No retirar un ingrediente con gluten de un plato ya preparado.** Por ejemplo: nunca se sacarán los croutons de una ensalada o una crema, ya que puede ocurrir que queden restos que no se ven a simple vista pero que podrían ser perjudiciales para la persona celíaca.

IMPORTANTE: ANTE LA DUDA DE SI UN INGREDIENTE O MATERIA PRIMA PUEDE CONTENER GLUTEN, ES MEJOR NO UTILIZARLO.

Cocción o calentamiento:

Los equipos como hornos, microondas y hornos eléctricos podrán compartirse con el resto de las preparaciones, implementando previamente una **adecuada limpieza** (ver *Módulo 7. LIMPIEZA y DESINFECCIÓN*).

Aquellos que resultan difíciles de limpiar, serán de uso exclusivo para el menú LG, tales como freidoras, hervidores de pasta, tostadoras, hornos de pan, etc.

Entre las principales recomendaciones de manipulación en esta etapa se encuentran:

- Microondas: **tapar** el plato sin gluten o cubrirlo con papel film apto para cocción.
- Horno: no colocar en la misma bandeja alimentos con y sin gluten. Es aconsejable evitar la cocción o calentamiento en simultáneo de platos convencionales y platos LG. Sin embargo, cuando se empleen hornos de gran capacidad y se cocinen o calienten platos en el mismo horno, resulta necesario proteger el producto libre de gluten de la contaminación, manteniéndolo cubierto (con papel de aluminio, bolsas para horno, etc.) y colocarlo en la **parte superior**.
- Planchas o parrillas: si se cocinó un alimento que podría contener gluten, se recomienda **limpiarla previamente**.

- En líquido o por inmersión: utilizar agua, caldos, aceites u otros **sólo para ALG** y de **primer uso**. Utilizar freidoras exclusivas para ALG.
- Tostadora/sandwichera: que sea de uso exclusivo para pan sin gluten.

Emplatado

- **Identificar** el **plato final LG** para que el personal encargado del servicio distinga claramente cuál es el destinado a la persona celíaca. Para ello, pueden emplearse adhesivos en el borde del plato, banderitas, vajilla de diferente color o forma.
- Cuando fuera necesario limpiar los bordes del plato, utilizar papel de cocina de **un solo uso** o un **trapo rejilla limpio y de uso exclusivo**. Nunca se utilizará el mismo que para el resto de los platos.
- Si hubiera que esperar un periodo de tiempo entre el emplatado y el servicio, cubrir el plato LG con una **campana protectora** (tapa-platos o papel de aluminio) para evitar la contaminación desde otros platos. De no contar con campanas protectoras, mantenerlo apartado del resto.
- En caso de que se sospeche una **posible contaminación cruzada** entre platos con y sin gluten, **separarlo** e **identificarlo** de inmediato. Éste podrá servirse en el menú convencional.
- Cuando se envase un menú LG para su distribución debe identificarse como tal y asegurarse su sellado o cierre hermético para garantizar que el producto no se contamine posteriormente al envasado.

SERVICIO

En esta sección, se especifican las pautas para llevar adelante el servicio del menú LG minimizando el riesgo de contaminación cruzada con gluten, contemplando desde la toma del pedido hasta la distribución o reparto a domicilio, en caso de que lo hubiere.

6.1. La carta

A fin de que las personas celíacas puedan identificar fácilmente las alternativas de alimentos o menús LG disponibles en la institución o establecimiento, se incorporará en la carta el logo oficial establecido en el CAA junto a cada opción LG ofrecida.

Asimismo, en caso de utilizar avena como parte de los ingredientes del menú LG ya sea en rebozados, base de tartas, galletitas con avena, yogur con granola, etc., se sugiere hacer la aclaración “*Plato elaborado con avena*”, a continuación del nombre del menú. De este modo, la persona celíaca podrá ponerlo en consideración (ver sección 1.2.”Gluten: cereales que lo contienen”) al momento de hacer el pedido.

6.2. Toma del pedido

Al momento de tomar el pedido de una mesa donde se encuentre una persona celíaca, se recomienda indicar claramente cuáles son los platos que serán sin gluten a fin de evitar confusiones. Para ello, se sugieren las siguientes opciones:

- Anotarlo en una comanda por separado.
- Usar una lapicera de otro color para los pedidos LG.
- Realizar una marca distintiva al lado del pedido LG.
- Utilizar adhesivos siempre del mismo color y forma para el pedido LG.

En caso de utilizar comandas electrónicas, puede incluirse la opción “menú LG” en el sistema.

6.3. Servicio en salón

Para el servicio de mesa del menú LG, se tendrán en cuenta los siguientes criterios:

- **Designar e identificar** claramente la vajilla (platos, vasos, cubiertos) que se utilizará en forma exclusiva para las personas celíacas, mediante el uso de etiquetas, código de colores, números, etc. Almacenarla **separada** del resto, en un lugar alejado de donde se almacena o corta el pan y colocar cartelera indicativa.
- Fajinar la vajilla antes del servicio con una solución de **alcohol etílico** (ver modo de preparación en Módulo 7. “Limpieza y desinfección”), utilizando papel descartable.
- Verificar que la **mantelería** se encuentre en condiciones de higiene y no presente migas.
- Disponer de **paneras exclusivas** para servir pan sin gluten. Identificarlas y guardarlas en lugares distintos de las paneras para el pan convencional.

- Antes de servir un menú LG, el personal encargado del servicio se lavará correctamente las manos.
- Servir los productos para untar LG (por ejemplo: manteca, quesos, mermeladas, mayonesa, etc.) en contenedores separados a fin de evitar su contaminación cruzada al untarlo en pan, galletitas, grisines, etc. con y sin gluten.
- Utilizar **pinzas, cucharas y utensilios** diferentes para servir ALG.
- Llevar a la mesa el menú LG en forma separada del resto de los platos.
- Los menús LG preparados y/o semielaborados se servirán tapados y en su envase original cuando sea posible.

6.4. Exhibición de alimentos Libre de Gluten - Autoservicio

En las instituciones y establecimientos que cuenten con equipamiento para la exhibición de los ALG, tales como heladeras exhibidoras o mostradores, se seguirán las pautas enumeradas a continuación:

- Mantener **tapado** el menú LG, ya sea envuelto con film stretch o campanas protectoras exclusivas.
- **Identificar** de forma clara que el menú es LG (ver sección 5.3. “Emplatado”).
- **Almacenar** los ALG en un **sector exclusivo** separado de los convencionales. Cuando esto no sea posible, se destinará el **estante superior**, tanto de la heladera exhibidora como del mostrador.
- Identificar el sector destinado a ALG.

En las instituciones y establecimientos que dispongan de **autoservicio** (por ejemplo: tenedores libres, salad bar o buffet de hoteles), también se seguirán las mismas recomendaciones antes mencionadas. Se sugiere colocar cartelera que detalle los cuidados a tener al momento de servirse para evitar la contaminación con gluten (por ejemplo: no utilizar utensilios de otras exhibidoras para servirse ALG).

6.5. Distribución - Reparto a domicilio

Para las instituciones y establecimientos que cuenten con distribución o reparto a domicilio, se tendrán en cuenta las siguientes consideraciones:

- Los **envases** para la conservación del menú LG (caja de cartón, papel de envoltorio, recipiente de plástico, papel de aluminio, film, etc.), se almacenarán por separado y protegidos de la contaminación cruzada con gluten.
- La persona encargada de realizar la distribución deberá **diferenciar el menú LG** para evitar confusiones. Para ello, es recomendable utilizar algún tipo de identificación que ayude a diferenciar el atributo del alimento, tales como cajas o bolsas de diferente color, etiquetas, símbolos, leyendas, etc.
- El menú LG puede transportarse en la misma unidad transportadora junto con menús convencionales siempre que se tome la precaución de evitar la contaminación cruzada por derrame. Para ello, se empleará un **empaquete secundario o terciario** que cumpla la función de barrera de protección como por ejemplo **film stretch o bolsa hermética**. En la unidad transportadora de alimentos se colocará en primer lugar los alimentos convencionales y luego, el menú LG.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

La **higiene** de las instalaciones, equipos y utensilios constituye una etapa **fundamental** para asegurar que los alimentos sean **inocuos**. La elaboración de un menú LG no sólo requiere realizar una limpieza y desinfección correcta y en la frecuencia adecuada, sino también la implementación de **prácticas específicas** para evitar la contaminación cruzada con gluten ya que, por ejemplo, un ALG puede contaminarse por un utensilio o superficie que se limpió de manera deficiente.

La limpieza permite **eliminar restos de alimentos** que podrían contener gluten, restos de polvo, grasa, suciedad, entre otros, mientras que la **desinfección**, como etapa posterior a la limpieza, contribuye a reducir la carga de microorganismos.

IMPORTANTE: TODA SUPERFICIE QUE ESTÉ EN CONTACTO CON ALIMENTOS SE ENCONTRARÁ LIMPIA Y DESINFECTADA ANTES DE COMENZAR LA ELABORACIÓN DEL MENÚ LG.

Disponer de **Procedimientos Operativos Estandarizados de Saneamiento (POES)** resulta fundamental para asegurar que se implementan las prácticas esenciales para el mantenimiento de la higiene según lo planificado en la institución o establecimiento. Éstos procedimientos describen las operaciones de limpieza y desinfección a realizarse antes, durante y después de la elaboración de los menús.

Se sugiere que incluyan los siguientes aspectos:

- descripción de la tarea
- áreas, superficies, equipos y utensilios que deberán limpiarse y desinfectarse
- momento en que se debe llevar a cabo la tarea y con qué frecuencia
- elementos a utilizar y modo de uso
- responsable de la tarea

Asimismo, es importante mantener actualizados los **registros de limpieza y desinfección** (ver anexo 4. “Modelo de registro de limpieza y desinfección”) que den cuenta que se están llevando a cabo dichos procedimientos y que se implementan acciones correctivas en caso de desvíos.

Se verificará la ausencia de restos visibles de residuos de alimentos, suciedades, tanto en las instalaciones como en las superficies de contacto (equipos, utensilios, etc.). Fundamentalmente, se corroborará la **ausencia de partículas de polvo** que pudieran contener gluten. En caso de que luego de este proceso se aprecie suciedad, se limpiará nuevamente.

Pautas generales:

- La **cocina** se mantendrá **limpia** durante **todo** el **proceso de elaboración**.
- La limpieza se realizará en forma **húmeda**, dado que resulta más efectiva que la limpieza en seco. Se evitará la utilización de agua a presión o mangueras, a fin de evitar la dispersión de gluten en el ambiente.

- Los **equipos** que se emplean en la elaboración, se **desmontarán** en forma completa para facilitar su limpieza.
- El lavado de los **utensilios, equipos y vajilla** se realizará con agua caliente y detergente.
- Se utilizará **agua segura** para el lavado y la preparación de soluciones de limpieza y desinfección.
- Las superficies y elementos se **enjuagarán correctamente** luego de la aplicación de productos de limpieza.
- Se emplearán **productos rotulados** en los que se pueda visualizar las instrucciones de uso, las cuales se respetarán al momento de su utilización.
- Los **trapos rejillas** y demás elementos a emplear se mantendrán en **buenas condiciones**.
- Los **contenedores de residuos** ubicados en la cocina se encontrarán **tapados** y se **limpiarán y desinfectarán** todos los días.
- Los **productos de limpieza** se mantendrán **identificados** y almacenados en un **sector separado** o en estantes inferiores para evitar contaminaciones hacia los alimentos.
- Para la limpieza de los **vestuarios y baños**, se utilizarán elementos de limpieza **diferentes** a los que se emplean para limpiar la sala de elaboración. Para facilitar la identificación, puede implementarse el uso de cabos de colores o etiquetas con leyendas de uso.

Pautas específicas adicionales para LG:

- Se emplearán **elementos de limpieza exclusivos** (esponjas, trapos rejilla, cepillos) para la limpieza de superficies, utensilios y equipamiento que se destinen únicamente para ALG.
- Resulta fundamental **eliminar toda fracción de gluten** que podría encontrarse presente en **vajilla, mesadas** y demás elementos que se utilicen de forma compartida en la elaboración del **menú LG** y el **menú convencional**. Es por ello, que luego de la etapa de desinfección se limpiarán con toallas de papel descartables y **solución de alcohol etílico**, pasándolo en una sola dirección para no esparcir el gluten (si lo hubiere). También se llevará a cabo este procedimiento en la **mesa** de la persona celíaca antes de servir el menú LG.

¿CÓMO PREPARAR LA SOLUCIÓN DE ALCOHOL?

- 1 Medir 700 ml de alcohol 96° con jarra medidora.
- 2 Completar con agua hasta 1000 ml (1 litro).

¿CÓMO ALMACENAR LA SOLUCIÓN DE ALCOHOL?

- ▶ En envase de cierre hermético.
- ▶ En alacenas con otros productos de limpieza y desinfección.
- ▶ Al resguardo de la luz y de las temperaturas elevadas.
- ▶ Rotulado y con la fecha de preparación.

Dado que la bibliografía actualmente disponible [13, 14] establece que, una solución de alcohol etílico con concentración entre 60 y 70% resulta efectiva para la extracción de gluten y que, a su vez, el uso de esta solución es una práctica habitual en el sector gastronómico para fajinar vajilla, se adopta como dilución recomendada la mencionada en el cuadro.

- El **secado** de los elementos se realizará en un espacio alejado de la zona de preparación de alimentos con gluten. El escurrido de los utensilios, equipos y vajilla se realizará boca abajo y luego, se realizará el secado con **repasadores exclusivos limpios o toallas de papel descartable**.
- La preparación de la solución para la limpieza y desinfección se realizará utilizando jarra medidora.

GLOSARIO

Alimento: Es toda sustancia que se ingiere en estado natural, semielaborada o elaborada y se destina al consumo humano, incluidas las bebidas y cualquier otra sustancia que se utilice en su elaboración, preparación o tratamiento, pero no incluye los cosméticos, el tabaco, ni las sustancias que se utilizan únicamente como medicamento [15].

Alimento industrializado: alimento que ha sido sometido a algún proceso de transformación y que tengan autorización sanitaria para su comercialización¹.

Buenas Prácticas de Manufactura/Elaboración: procedimientos necesarios para lograr alimentos inocuos, saludables y sanos [16].

Contaminación cruzada: se produce cuando un producto libre de gluten pierde su condición por entrar en contacto con el gluten durante cualquier etapa de la elaboración, y puede ocurrir a través de las manos del manipulador, utensilios y equipamiento, como consecuencia de la aplicación deficiente o nula de BPM.

Desinfección: proceso que consiste en eliminar o reducir, mediante el uso de agentes químicos o métodos físicos adecuados, microorganismos patógenos que puedan estar presentes en la estructura del edificio (paredes piso), instalaciones, maquinarias y utensilios, a un nivel que no dé lugar a contaminación del alimento que se elabora.

Glutelinas: fracción del gluten soluble en soluciones ácidas o básicas diluidas, según la clasificación de Osborne (1907) [14]. En el trigo, se denominan “gluteninas”.

Inocuidad: garantía de que los alimentos no causarán daño al consumidor cuando se elaboren y/o consuman de acuerdo con el uso al que se destinan [17].

Limpieza: Es la eliminación de tierra, restos de alimentos, polvo, u otras materias objetables [16].

Menú: conjunto de preparaciones culinarias que constituyen una comida y que son ofrecidas en establecimientos o servicios gastronómicos².

Menú LG preparado/semielaborado: menú elaborado y comercializado por un tercero habilitado, que puede requerir o no un calentamiento o cocción en el servicio gastronómico. Por ejemplo: pastas, tartas, empanadas crudas congeladas³.

Prolaminas: fracción del gluten que puede extraerse con etanol al 40-70%. La prolamina del trigo es la gliadina, la del centeno es la secalina, la de la cebada es la hordeína y la de la avena es la avenina [18]. Esta clasificación se basa en la realizada por Osborne (1907) [14] sobre las proteínas del grano de trigo.

Utensilios: conjunto de herramientas que se utilizan para la elaboración del menú. Por ejemplo: ollas, espumaderas, asaderas, coladores, tablas, etc.⁴

Vajilla: conjunto de elementos que se destinan al servicio de la mesa. Por ejemplo: platos, fuentes, vasos, tazas, cubiertos, etc.⁵

1 Elaboración propia

2 Elaboración propia

3 Elaboración propia

4 Elaboración propia

5 Elaboración propia

ANEXO 1 – MODELO DE RECETA

Ensalada verde

Menú LG ✓

INGREDIENTES

- Lechuga mantecosa
- Lechuga morada
- Rúcula
- Espinaca
- Queso de rallar – Libre de Gluten
- Pan – Libre de Gluten
- Aceite de oliva – Libre de Gluten
- Vinagre – Libre de Gluten

PREPARACIÓN:

- 1) Cortar los vegetales, reviamente lavados y desinfectados.
- 2) Tostar el pan en LG en cubitos en una sartén con aceite de oliva LG.
- 3) Mezclar en un bowl los ingredientes.
- 4) Terminar con el agregado de queso de rallar LG.
- 5) Aderezar

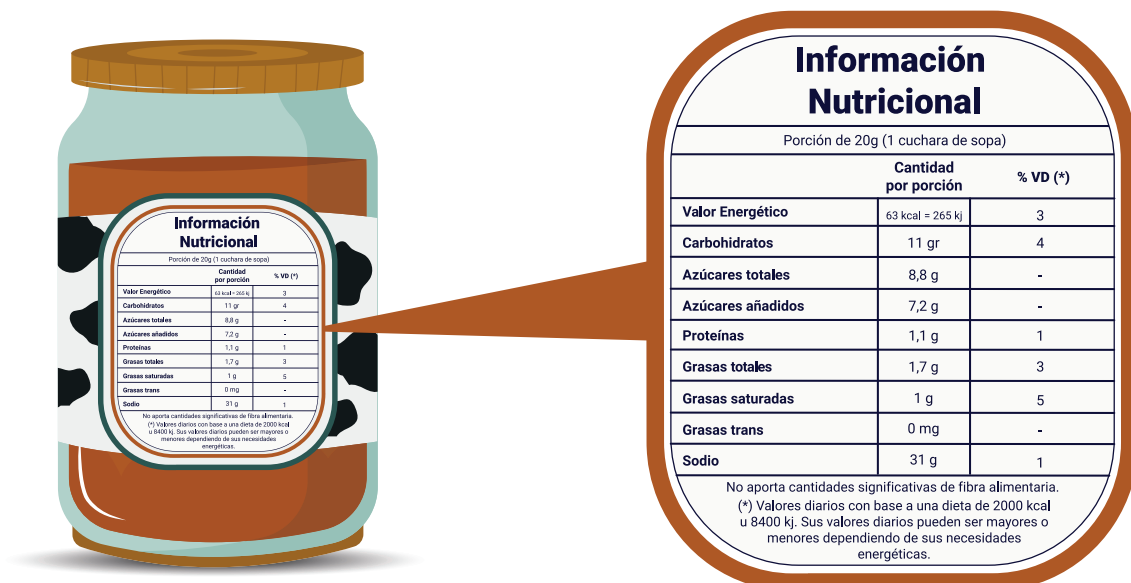
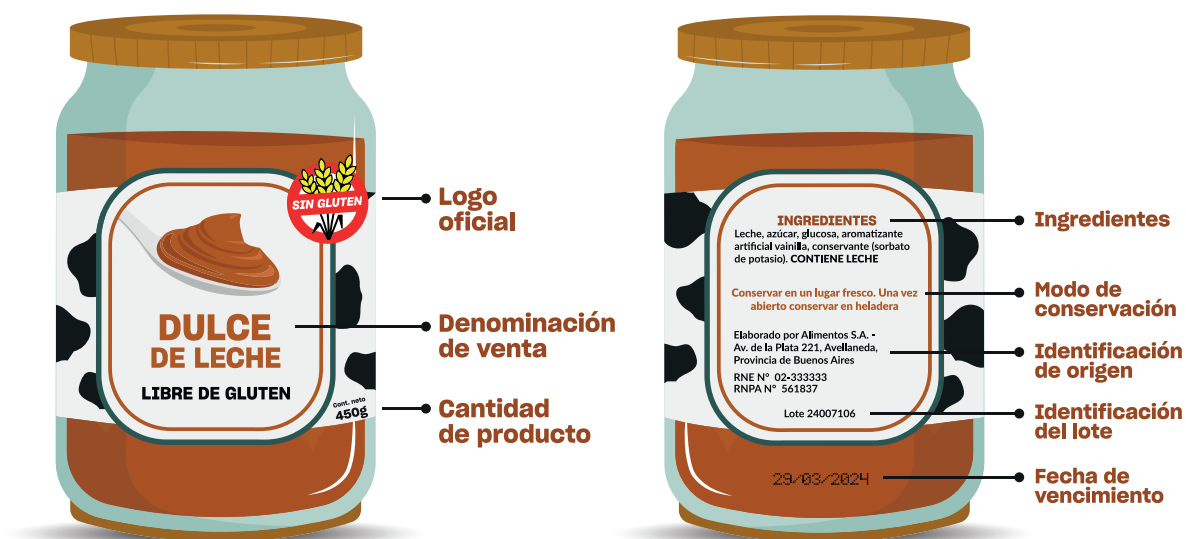
**PREPARAR SEGÚN LAS PRÁCTICAS
RECOMENDADAS PARA LA ELABORACIÓN
DE MENÚ LG**

ANEXO 2 – RÓTULO

El rótulo de los alimentos brinda información sobre las características del producto, su elaborador, los ingredientes que lo conforman, su vida útil, entre otros.

En el siguiente esquema se visualiza la información específica que debe figurar en el rótulo de los ALG:

Rotulado obligatorio



*A los fines de ilustrar en forma clara el rotulado de un ALG, se omite la declaración de rotulado nutricional frontal.

ANEXO 3 – PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE MESADA DE USO COMPARTIDO

1. **Objetivo:** establecer un procedimiento operativo estandarizado de limpieza y desinfección de mesadas.
2. **Alcance:** se aplicará a las mesadas de uso compartido para la preparación de alimentos con y sin gluten.
3. **Responsable:** personal encargado de la limpieza del sector de elaboración en la institución o establecimiento.
4. **Frecuencia:** previa a la elaboración de menús libres de gluten
5. **Materiales:**
 - Agua segura
 - Espátula, cepillo, esponja
 - Trapos rejilla, toallas de papel descartable
 - Atomizador
 - Jarra medidora
 - Detergente
 - Lavandina 55 g Cl/ litro (verificar la etiqueta del producto)
 - Alcohol etílico 96°

Dosificación de productos químicos

- Detergente: puro o según indicaciones del producto.
- Solución de alcohol: medir 700 ml de alcohol etílico 96° y completar con agua hasta alcanzar 1 litro.
- Lavandina: diluir 240 ml. de lavandina de 55 g Cl/litro en 5 litros de agua o según indicaciones del producto para desinfección general de superficies.

A continuación, se brindan las equivalencias para preparar menores cantidades de solución:

Lavandina (ml)	Agua (L)
240	5
50	1
25	0,5

6. Medidas de seguridad:

- Antes de iniciar las tareas, asegurarse de que no haya elaboración de alimentos.
- Manipular el detergente y el desinfectante con precaución, usando delantal, guantes y lentes de seguridad, evitando en todo momento el contacto de los productos con piel, mucosas y ojos.
- No mezclar detergente con lavandina, ya que ambos productos reaccionan químicamente desprendiendo vapores tóxicos.

7. Descripción:

- a. Retirar de la mesada todos los utensilios, equipos y alimentos.
- b. Remover con espátula y/o cepillo los residuos sólidos que se encuentren depositados o adheridos a la superficie de la mesada.
- c. Pasar la esponja embebida en **detergente y agua** (ver punto 5. “Dosificación de productos químicos”).
- d. Enjuagar con abundante agua, hasta que no se observen restos de residuos ni de detergente.
- e. Rociar o pasar un trapo rejilla con la solución de **lavandina** (ver punto 5. “Dosificación de productos químicos”) y dejar actuar el tiempo que se recomiende en las instrucciones de la etiqueta del producto.
- f. Enjuagar con abundante agua.
- g. Secar con trapo rejilla de uso exclusivo o toallas de papel descartables.
- h. Rociar con la **solución de alcohol** (ver punto 5. “Dosificación de productos químicos”).
- i. Secar empleando **toallas de papel descartable**, pasándolas en una sola dirección.



8. Registros:

Registro de limpieza y desinfección (L+D) del sector cocina.

ANEXO 4 – MODELO DE REGISTRO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

A continuación, se presenta un modelo de planilla que podría emplearse para registrar la realización de las actividades de limpieza y desinfección del sector cocina, adaptándola a las particularidades de cada institución o establecimiento. En azul, se ejemplifica la forma en que podría completarse.

	REGISTRO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN (L+D) DEL SECTOR COCINA	Revisión 01 09/10/2023
---	--	---------------------------

SEMANA/MES	Del 2 al 8 de octubre de 2023	FRECUENCIA	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO	OBSERVACIONES	ACCIÓN IMPLEMENTADA	VERIFICADO POR
ESTRUCTURAS	Techo	Semanal							HL			LM
	Paredes	Semanal							HL			LM
	Ventanas	Semanal							HL			LM
	Pisos	Diario	AG	AG	AG	AG	AG	HL	HL			LM
	Desagües	Diario	AG	AG	AG	AG	AG	HL	HL			LM
	Mesadas	Diario	AG 1	AG	AG	AG	AG	HL	HL	1. Se realizó la limpieza para eliminar el gluten, y luego se elaboró el menú LG		LM
EQUIPOS	Horno	Semanal							HL			LM
	Microondas	Semanal							HL	El microondas tenía restos de comida	Se limpió nuevamente	LM
	Campanas	Semanal							HL			LM

NOTAS PARA COMPLETAR LA PLANILLA

Semana/Mes: período en el que se completa el registro.

Frecuencia: acorde a la establecida por el plan de limpieza del establecimiento.

LU/MA/MI/JU/VI/SA/DO: la persona encargada de la L+D marcará con sus iniciales la casilla correspondiente al día en que realiza las actividades.

Observaciones: breve descripción del desvío detectado o aclaración que necesite realizar sobre la tarea. Ej: limpieza para ALG.

Acción implementada: decisión o medida adoptada para solucionar el desvío detectado.

Verificado por: iniciales del responsable de comprobar la correcta realización de las actividades de L+D.

ANEXO 5 – LISTA DE VERIFICACIÓN

	LISTA DE VERIFICACIÓN PARA INSTITUCIONES Y ESTABLECIMIENTOS QUE OFRECEN MENÚ LIBRE DE GLUTEN			Revisión 5	
				agosto 2023	
Fecha:					
Local:					
Información general					
Tipo de servicio: cocina de hospital/cocina de hotel/comedor de institución de enseñanza/comedor de entorno laboral/catering/local de comida rápida/restaurante/bar/club/otro					
Cantidad de raciones que se preparan por día:					
Cantidad de raciones LG que se preparan (indicar por semana/mes):					
Menú LG: elaboración propia y exclusiva; elaboración propia y mixta, compra de menú preparado/semielaborado por terceros habilitados					
Cantidad de personas que trabajan en el lugar:					
Asistencia técnica: responsable; consultor/a externo; otro					
Descripción	C	NC	NA	Comentarios	Observaciones durante la visita
1. Infraestructura y equipamiento					
1.1. Las paredes, pisos y techos son de material sanitario y se encuentran en buen estado de conservación.				Son fácilmente lavables, no absorbentes, de color claro. Ej: pintura epoxi sanitaria, cerámicos o azulejos. GMC N°80/96 4.1.3.7 Ausencia de grietas, azulejos rotos, pintura descascarada, hongos, filtraciones, etc. Res.GMC N°80/96 4.1.3.7	
1.2. Los desagües se encuentran en buen estado.				Cuentan con rejillas para evitar la salida de partículas grandes y la entrada de plagas. No presentan acumulación de agua ni suciedad. Res.GMC N°80/96 5.1.	
1.3. La iluminación del lugar es la adecuada para la realización de las tareas de forma higiénica.				Puede ser natural o artificial. Res. GMC N°80/96 4.1.3.17.	
1.4. Las luminarias se encuentran protegidas contra roturas.				Protección con acrílico en las zonas de elaboración y depósito de ingredientes. Res.GMC N° 080/96 4.1.3.17	
1.5. La ventilación es apropiada.				Campanas extractoras que eviten el calor excesivo, condensación de vapor, acumulación de humo, etc. Res. GMC N°80/96 4.1.3.18	
1.6. La circulación interna y distribución del lugar es adecuada para evitar la contaminación cruzada del producto terminado.				Ausencia de cruzamientos, operaciones avanzan según el diagrama de flujo, separación entre recepción de MP y cocina. Res. GMC N°80/96 4.1.3.5/6	
1.7. Las puertas de los sanitarios/vestuarios no comunican directamente con la cocina/sector de manipulación de alimentos.				Res. GMC N°80/96 4.1.3.9, 4.1.3.14	
1.8. Los sanitarios cuentan con piletas con agua caliente y fría y elementos para una adecuada higiene del personal.				Jabón, toallas de papel, papel higiénico, cestos, etc. Res. GMC N°80/96 4.1.3.14.	
1.9. Las superficies de los equipos, mesadas y utensilios se encuentran en buen estado y son de fácil limpieza.				Lisas, sin grietas ni óxido, de materiales no absorbentes (evitar la madera) ni corrosivos, etc. Res. GMC N°80/96 4.1.4.	
1.10. Se cuenta con utensilios diferentes para manipular alimentos crudos/cocidos y están identificados.				Tablas, recipientes, cuchillos, cucharas, espátulas, recipientes para un enfriamiento adecuado (poco profundos)	
1.11. Se cuenta/podría contar con alacenas exclusivas e identificadas para los ALG.				Envases cerrados.	
1.12. Las heladeras se encuentran en buen estado y cuentan con termómetro.				Ordenadas (crudo/cocido), ausencia de óxido, roturas, etc. CAA. Art. 178; Res. GMC N° 80/96 4.1.4.2.3	

1.13. Se cuenta/ podría contar con heladera/freezer exclusivos e identificados para ALG. Se destina un estante exclusivo colocando ALG en contenedores tapados.				
1.14. Se realiza un monitoreo del correcto funcionamiento de las heladeras/ freezer y se dispone de registros.			Res. GMC Nº 80/96 4.1.4.2.3	
2. Elaboración				
2.1. Se cuenta con piletas y elementos para el lavado de manos.			Jabón, toallas de papel, sanitizante o jabón líquido sanitizante y cestos. Res GMC Nº 80/96 4.1.3.15	
2.2. Los recipientes para residuos se encuentran con bolsas, identificados y tapados.			Res. GMC Nº 80/96 4.1.3.19, 5.5	
2.3. Se dispone / podría disponer de un sector exclusivo para elaborar ALG.			Sector separado con puerta o cortina sanitaria.	
2.4. Se planifica/ podría planificar la elaboración del menú LG			En caso de no contar con un sector separado, se destinará el inicio del día/ turno o día específico.	
2.5. Se dispone de recetas de los diferentes platos.			Ingredientes, proceso de elaboración, prácticas claves, identificación como "menú LG".	
2.6. Se cuenta con utensilios y equipamiento difícil de limpiar exclusivos para la preparación del menú LG.			Espumaderas, coladores, planchas, ollas, sartenes, tablas, contenedores, pinzas, freidoras, batidoras, hervidores de pasta, horno de pan, etc.	
2.7. Las frutas y verduras se higienizan previo a su utilización.			Lavado y desinfección. CAA. Cap. II-Art.18. Res. GMC Nº 80/96 7.1.2	
2.8. Los ingredientes/menú LG se encuentran identificados y protegidos a lo largo del proceso de elaboración.				
2.9. Se evita el uso de alimentos a granel para la elaboración del menú LG.			Especias, legumbres, harinas, frutas secas sin cáscara, etc	
2.10. La descongelación de los alimentos se realiza adecuadamente.			Recomendado: en heladera (menos de 5°C). CAA. Cap III- Art. 162. Los líquidos que libera no contaminan a otros alimentos. ALG en recipientes cerrados, separados de los alimentos convencionales. (con gluten)	
2.11. La cocción de los alimentos es adecuada.			Alcanzan 74°C (en el centro). OPS. Manual para manipuladores de alimentos. Instructor, 2016	
2.12. El enfriamiento de los alimentos cocidos se realiza adecuadamente.			<u>Deben enfriarse desde los 60°C a los 21 °C en 2 horas, y desde los 21°C hasta los 5°C (o menos) en otras 2 hs adicionales (máx. 4 hs en total).</u> <u>Guía de inspección. RENAPRA 2021</u>	
2.13. El recalentamiento es adecuado.			Alcanzan 74°C (en el centro). OPS. Manual para manipuladores de alimentos. Instructor, 2016	
2.14. El mantenimiento en caliente de los alimentos se realiza a temperatura igual o superior a 60°C.			No superará las 4 hs, se desecharán al finalizar el turno/servicio. Guía de inspección. RENAPRA 2021	
2.15. La cocción/calentamiento de ALG se realiza evitando el contacto con alimentos convencionales.			Tapados y en la parte superior/tostadora exclusiva/utiliza aceite, caldo, salsa, agua de primer uso o exclusiva para ALG.	
3. Servicio de menú libre de gluten				
3.1. Se encuentra identificado en la carta.			Logo oficial	
3.2. Se identifica durante la toma del pedido.				
3.3. La vajilla para el menú LG se encuentra separada y identificada.				
3.4. Se utilizan utensilios exclusivos para servir el menú LG.			Espátulas, cucharones, pinzas, etc.	
3.5. Se destinan recipientes separados para los alimentos untables.			Manteca, mermeladas, mayonesa, etc.	

3.6. La exhibición de los platos LG es adecuada.				Separados, identificados y tapados.	
3.7. El servicio del menú LG a la mesa es adecuado.				Separado e identificado.	
3.8. El reparto del menú LG a domicilio es adecuado.				Identificado y protegido con film stretch o bolsa hermética.	
4. Ingredientes					
4.1. Se verifican las condiciones durante la recepción.				T°, ausencia de envases rotos, vencimiento, rótulos, etc. Transporte: los ALG separados de ingredientes en polvo con gluten.	
4.2. Se verifica la condición libre de gluten de los ingredientes industrializados o del menú preparado/ semielaborado				Se verifica el Listado de ALG de ANMAT, o si tienen autorización sanitaria local/ provincial. Se cuenta con protocolos o carta de garantía del proveedor. Res.GMC 80/96 7.1.2.	
4.3. Ausencia de bolsas rotas o acumulación de suciedad en el depósito.					
4.4. Se utilizan tarimas para aislar las bolsas del suelo, encontrándose además, separadas de la pared.				Facilita la limpieza y previene el acceso de plagas. CAA. Cap. II-Art. 18; Res. GMC N°80/96 4.1.3.10	
4.5. Los envases presentan rótulo.				Verificar particularmente los ALG	
4.6. Se encuentran almacenados a temperaturas adecuadas.				Según rótulo de ingredientes/ Refrigerados: 0-5°C/ Congelados: -12°C a -18 °C . CAA (Cap. II- Art. 18 y Cap. III- Art. 161-162); Res. GMC N°80/96 7.1.3; 4.1.4.2.3. Guía de Inspección RENAPRA (2021)	
4.7. Los productos cárnicos rebozados se encuentran en envases cerrados y en compartimentos separados de otras carnes.				Milanesas, croquetas, etc.	
5. Higiene y capacitación del personal					
5.1. Las personas disponen del carnet de manipulador de alimentos vigente				CAA. Cap. II. Art. 21	
5.2. Se utiliza vestimenta apropiada y en buenas condiciones de higiene, y elementos para evitar la contaminación de los alimentos.				Color claro, delantal, etc. Se evita el ingreso a las zonas de manipulación de alimentos con ropa de calle. CAA. Cap. II. Art. 22, Res. GMC N°80/966.6. Cofias, barbijo, etc. Res. GMC N°80/96 6.6, 6.8	
5.3. El personal manipula los alimentos con prácticas higiénicas adecuadas				No fumar/comer, ausencia de maquillaje/ bijouterie/esmaltes/relojes/ etc. (Res.GMC N°80/96 6.7.), Lavado de manos frecuente y adecuado (Res. GMC 80/96 6.5.)	
5.4. Se realiza cambio de vestimenta cuando se elabora un menú LG o se utilizan delantales descartables.					
5.5. El personal recibe capacitación sobre BPM (al menos anualmente).				Verificar la asistencia a las actividades de capacitación de manipuladores certificadas por la autoridad jurisdiccional. Res.GMC N°80/96 6.1	
5.6. El personal recibe capacitación sobre ALG				Verificar registros. Res.GMC 80/96 7.4.1	
5.7. La persona responsable cuenta con formación complementaria sobre manipulación segura de menú LG				Verificar registros, certificados, etc. Res.GMC 80/96 7.4.1	
6. Limpieza y desinfección					
6.1. Se realizan tareas de limpieza y desinfección diarias.				Pisos, paredes, mesadas, áreas auxiliares Res. GMC 80/96 5.2, 5.3.	
6.2. Los utensilios y equipamientos se encuentran limpios.				Ausencia de suciedad visible en heladeras, amasadoras, batidoras, etc. Res. GMC 80/96 5.2.2	
6.3. Los productos químicos y elementos empleados para la limpieza se almacenan correctamente.				Lejos de las áreas productivas e identificados, de manera de evitar la contaminación cruzada. Res.GMC 80/96 5.2.1	
6.4. Los elementos para limpieza (trapos, esponjas, cepillos) se encuentran limpios. Se utilizan elementos exclusivos para limpieza de utensilios y equipos destinados a ALG.					

6.5. Los productos de limpieza y desinfección presentan rótulos reglamentarios.			Se respetan los tiempos y temperatura para su eficacia (ver procedimiento). Res. GMC 80/96 5.2.1		
6.6. Se cuenta con un procedimiento de sanitización (limpieza + desinfección) escrito, actualizado y disponible.			Describe: qué, cómo, quién y con qué frecuencia se limpia. Res.GMC 80/96 5.3.		
6.7. Se encuentra designado un responsable de la realización y supervisión de las tareas de limpieza y desinfección.			Res. GMC 80/96 5.3.		
6.8. Se cuenta con registros de las tareas de limpieza y desinfección			Se realizan antes, durante y luego de la elaboración. Res.GMC 80/96 5.3.		
6.9. Los utensilios, vajilla, bandejas, mesada compartidas con el menú convencional se limpia con solución de alcohol para eliminar trazas de gluten					
7. Plagas					
7.1. Ausencia de plagas (roedores, insectos, aves) y animales domésticos en el local.			Perros,gatos, pájaros, etc. CAA. Cap. II.Art. 18, GMC N° 080/96 5.6. Excrementos de roedores, cuerpos de plagas vivos/muertos, roturas de envases, manchas de grasa en cañerías, etc. Res. GMC 80/96 5.7.I.		
7.2. Se implementan medidas de prevención y protección contra plagas.			Mosquiteros en puertas,ventanas y extractores, rejillas en desagües, fleje metálico en puertas, trampas de luz UV, trampas pegamentosas, se evita el ingreso de madera/maples a la cocina, condiciones de los alrededores, etc. Res.GMC N° 080/96 4.1.3.7		
7.3. Se cuenta con un servicio de manejo integrado de plagas autorizado.			Verificar el registro de último servicio, productos utilizados y acciones implementadas. CAA. Cap. II. Artículo 18, Res.GMC 80/96 5.7.1. y 5.7.2.		
7.4. Se dispone de un área separada para almacenar la basura, la cual se encuentra limpia y con protección de las plagas.			Res.GMC 80/96 4.1.4.2.2, 5.5.		
8. Provisión de agua					
8.1. El agua utilizada en el establecimiento proviene de una fuente segura.			Elaboración y limpieza se realizan con: ¿agua de pozo o de red?. De ser necesario, ¿recibe algún tratamiento?. Res. GMC 80/96 4.1.3.12., 7.3.1 ¿Realiza análisis (FQ/MO) con alguna periodicidad?		
8.2. El tanque de agua aéreo se encuentra tapado.					
8.3. El tanque de agua se limpia y desinfecta periódicamente.			¿Se realiza al menos, 1 vez /año? Verificar los registros.		
9. Conclusiones (indicar fortalezas, oportunidades de mejora)					

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Gómez JC, Selvaggio GS, Viola M, Pizarro B, la Motta G, de Barrio S, Castelletto R, Echeverría R, Sugai E, Vázquez H, Mauriño E, Bai JC. Prevalence of Celiac Disease in Argentina: Screening of an Adult Population in the La Plata Area. *American Journal of Gastroenterology* [Internet]. 2001 [citado 31 agosto 2023]; 96(9): 2700-2704. Disponible en: https://journals.lww.com/ajg/Abstract/2001/09000/Prevalence_of_Celiac_Disease_in_Argentina_.34.aspx
2. Mora M, Litwin N, Toca MC, Azcona MI, Solís Neffa R, Ortiz G, Wagener M, Olivera J, Rezzónico G, Marchisone S, Oropeza G, Bastianelli C, Solaegui M, González A, Battiston F. Prevalencia de enfermedad celíaca: Estudio multicéntrico en población pediátrica en cinco distritos urbanos de Argentina. *Revista Argentina de Salud Pública* [Internet]. 2010 [citado 31 agosto 2023]; 1(4):26-31. Disponible en: <https://www.rasp.msal.gov.ar/index.php/rasp/article/view/427>
3. Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación. (7 de octubre de 2015). *Ley N° 27196. Enfermedad Celíaca. Ley 26.588. Modificación.* <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/255000-259999/255225/norma.htm>
4. Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación. (25 de abril de 2023). *Decreto N° 218/2023. Apruébase la Reglamentación de la Ley N° 26.588.* <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/380000-384999/382629/norma.htm>
5. Ministerio de Salud de la Nación. ¿Qué es y cómo se trata la enfermedad celíaca? [Recuperado el 31 de agosto 2023]. <https://www.argentina.gob.ar/salud/celiaquia/que-es>
6. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. Listado Integrado de Alimentos Libres de Gluten. [Recuperado el 31 de agosto 2023]. <https://listadoalg.anmat.gob.ar/>
7. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. Autoridades sanitarias jurisdiccionales. [Recuperado el 31 de agosto 2023]. <https://www.argentina.gob.ar/anmat/vigilancia-alimentaria/autoridades-jurisdiccionales>
8. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. Código Alimentario Argentino. Capítulo XVII - Alimentos de Régimen o Dietéticos. [Recuperado el 31 de agosto 2023]. https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/capitulo_xvii_dieteticos_actualiz_2022-12.pdf
9. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. Alimentos Libres de Gluten. [Recuperado el 31 de agosto 2023]. <https://www.argentina.gob.ar/anmat/alg>
10. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. Código Alimentario Argentino. Capítulo II - Condiciones generales de las fábricas y comercios de alimentos. [Recuperado el 31 de agosto 2023]. https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/capitulo_ii_establecactualiz_2023-05.pdf
11. Comisión Nacional de Alimentos. Red Nacional de Protección de Alimentos. *Guía orientadora para la capacitación en buenas prácticas de manufactura* [Internet]. Ciudad de Buenos Aires: CONAL; 2020 [citado 31 agosto 2023]. Disponible en: http://www.conal.gob.ar/Notas/Recomenda/guia_bpm_136.pdf
12. Ministerio de Salud de la Nación. *Documento de Consenso de Enfermedad Celíaca 2017* [Internet]. Ciudad de Buenos Aires: MSAL; 2017 [citado 31 agosto 2023]. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/documento-de-consenso-de-enfermedad-celiaca>

13. Chirido FG & Arranz E. Proteínas de los cereales: péptidos inmunoestimuladores y tóxicos. En Arranz E, Fernández-Bañares F, Rosell CM, Rodrigo L & Peña AS (Eds.), *Avances en el conocimiento de las patologías relacionadas con el gluten y evolución de los alimentos sin gluten*. Sociedad Española de Enfermedad Celíaca [Internet]. 2018 [citado 14 septiembre 2023]; 111-129. Disponible en: <https://www.celiacscatalunya.org/pdfs/Avances%20en%20el%20conocimient.pdf>
14. Osborne TB. The proteins of the wheat kernel. Carnegie Institute of Washington Publ [Internet]. 1907 [citado 14 septiembre 2023]; 84:108-110. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5962/bhl.title.22763>
15. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. Código Alimentario Argentino. Capítulo V - Normas para la rotulación y publicidad de los alimentos. Resolución GMC N° 26/03. Anexo. 2.8. [Recuperado el 31 de agosto 2023]. https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/anmat_caa_capitulo_v_rotulacion_actualiz_2021-09.pdf
16. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. Código Alimentario Argentino. Capítulo II - Condiciones generales de las fábricas y comercios de alimentos. Resolución GMC N° 080/96. Anexo I. [Recuperado el 31 de agosto 2023]. https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/anmat-capitulo_ii_establecactualiz_2018-12.pdf
17. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Codex Alimentarius. Código Internacional Recomendado de Prácticas - Principios Generales de Higiene de los Alimentos. Recuperado el 31 de agosto 2023]. <http://www.fao.org/docrep/005/y1579s/y1579s02.htm>
18. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Codex Alimentarius. Norma del CODEX relativa a los alimentos para regímenes especiales destinados a personas intolerantes al gluten. CODEX STAN 118 - 1979. [Recuperado el 14 de septiembre 2023]. https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/sh-proxy/en/?lnk=1&url=https%253A%252F%252Fworkspace.fao.org%252Fsites%252Fcodex%252Fstandards%252FCXS%2B118-1979%252FCXS_118s_2015.pdf

anmat



Ministerio de Salud
Argentina