

image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

image not found or type unknown



**Durante la inauguración de la panadería-dulcería ubicada en La Habana sus beneficiados vivieron un momento especial**Autor:  
Juventud Rebelde Publicado: 04/01/2020 | 10:27 pm

## Vivir sin gluten

La enfermedad celíaca requiere, principalmente, disponer de alimentos que no pongan en riesgo la salud de las personas, lo cual no resulta fácil en Cuba, donde aunque existe el interés y una estrategia nacional, no descuella una producción de gran alcance y son muy pocos los importados que pueden ser considerados una alternativa

**Publicado: Sábado 04 enero 2020 | 10:28:05 pm.**

**Publicado por: Nelson García Santos, Ana María Domínguez Cruz, Yuniel Labacena Romero, Odalis Riquenes Cutiño**

Difícil imaginar para un cubano una dieta en la que no existan, además -de frutas y vegetales, algunas viandas y granos, pan, galleta y pizza, entre otros productos tan comunes en nuestra alimentación. Si se trata de un niño, se piensa en ese estado de ansiedad que puede generarle asistir a una fiesta de cumpleaños, por ejemplo, y no disfrutar del *cake*, los dulces y otros productos similares.

Convivir con la enfermedad celíaca requiere fuerza de voluntad del paciente, sus familiares y personas que le rodean en su entorno cotidiano. Sin embargo, lo esencial es disponer de los alimentos recomendados para una dieta que no ponga en riesgo su salud, lo cual no resulta fácil en Cuba, en que hay más de 900 personas con este padecimiento y donde, aunque existe el interés y una estrategia nacional para proveerles productos elaborados con los ingredientes saludables para su condición, no descuella una producción de gran alcance y son muy pocos los importados que pueden ser considerados una alternativa.

¿Cuáles son las expectativas de los celíacos en Cuba? ¿Cómo pueden mantener su calidad de vida? ¿Tiene el país proyectos en desarrollo para satisfacer las demandas de estas personas? Con esas interrogantes recorrimos

panaderías-dulcerías para pacientes celíacos (La Habana, Villa Clara, Santiago de Cuba, y una casi al abrirse en Holguín) y llegamos, además, al Ministerio de la Industria Alimentaria —el cual junto al de Salud Pública y de Comercio Interior— lideran este programa estatal.

Jesús Gómez, director general de Política Industrial del Ministerio de la Industria Alimentaria, explica que luego de la identificación de la población celíaca, de conjunto con los ministerios mencionados y tomando en cuenta las necesidades propias de quienes padecen la enfermedad, se estableció crear centros territoriales de producción en los que no puede utilizarse otra materia prima que no sea aquella saludable para su condición.

«Los centros abastecen a todas las provincias y facilitan la entrega, semanalmente, de una gama de productos como pan, panqué, magdalena, *cake*, pastas y otras golosinas elaborados a base de MIX —una harina importada libre de gluten—, que le cuesta al país cerca de 3 600 dólares la tonelada. Lamentablemente aún es repetitiva la alimentación, pero pensamos diversificar la oferta», asegura.

## Razón para una prohibición

La enfermedad celíaca fue reconocida por los médicos en la antigüedad, descrita en niños en 1888, y posteriormente, en 1932 se perfiló el cuadro clínico en adultos. Es una patología crónica de tipo autoinmune inducida por la ingesta de gluten, un conjunto de proteínas contenidas en la harina de los cereales de secano, fundamentalmente el trigo, pero también en la cebada, el centeno y la avena.

Las investigaciones arrojan que este padecimiento se desarrolla en personas genéticamente susceptibles mediante la creación de unos anticuerpos específicos que producen una enteropatía capaz de afectar directamente al intestino delgado, produciendo un aplanamiento de las vellosidades.

La especialista en Pediatría Milagros Santacruz Domínguez, funcionaria del Departamento Materno-Infantil del Ministerio de Salud Pública, detalla que el tratamiento para estos pacientes consiste en eliminar de la dieta todos los alimentos que contengan gluten, como fideos, pizza, dulce, leche, alimentos malteados helados, las sopas de sobre, natilla, flan y caramelo. Les son prohibitivos también los fiambres y embutidos, y aquellos alimentos con colorantes.

La también Máster en Urgencias Médicas precisa que al prescribir esta dieta, que merece una especial atención para el manejo en su medio familiar y escolar, se observará una sorprendente recuperación del estado del niño, modificaciones en su carácter, reaparecerá su apetito y su estado psicológico también mejorará.

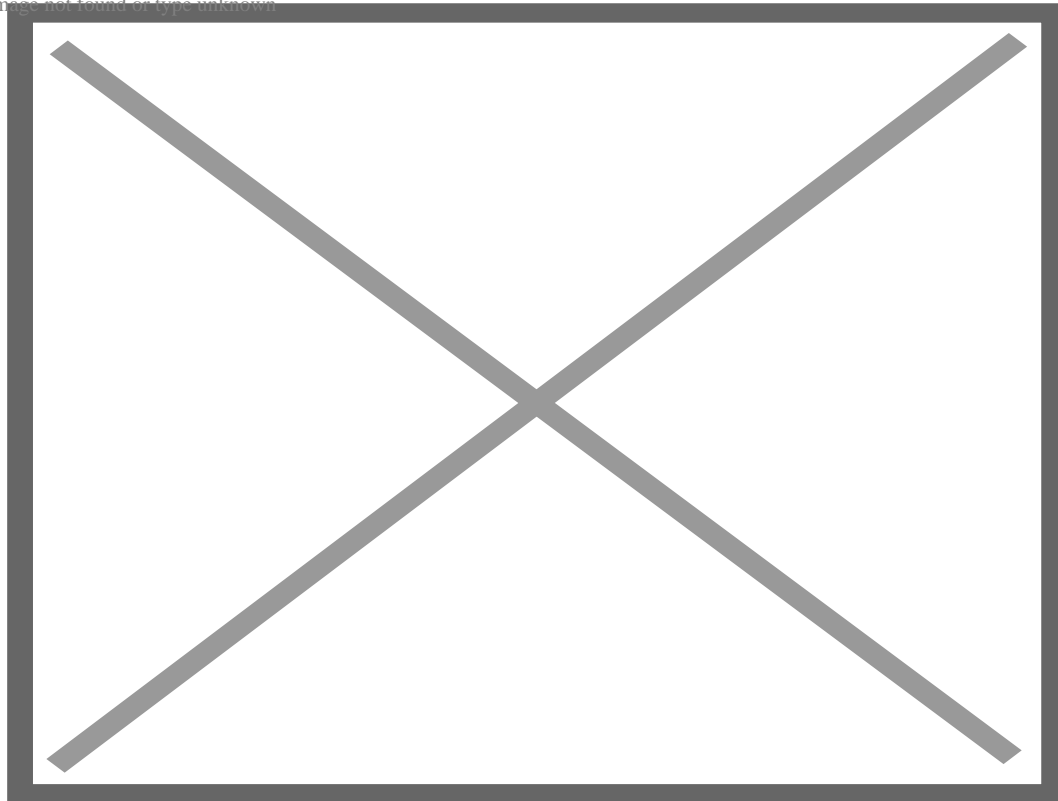
«Los pacientes celíacos que tienen dificultad en el control de su enfermedad crónica a menudo tienen síntomas de infelicidad y falta de esperanza, y por lo tanto no realizan un tratamiento de forma adecuada. Esto trae consigo muchas veces reacciones de inadaptación psicológica y social que inciden en el control de su enfermedad, llevando a transgresiones del tratamiento, lo que los limita a la incorporación de ciertas actividades educativas y sociales por descompensaciones frecuentes».

Agrega Santacruz Domínguez que los especialistas deben instruir a la familia de las personas celíacas de tal manera que comprendan que el gluten en estos pacientes se comporta como una toxina.

«Una vez establecido el diagnóstico, hay que suprimir el gluten de la dieta de forma estricta y permanente. Si no se hace así, aunque no se presenten síntomas, el paciente se expone a múltiples y graves problemas, tales como la anemia, la intolerancia a la lactosa y un riesgo mayor de desarrollar tumores».

## La habana: comienza un proyecto

Image not found or type unknown

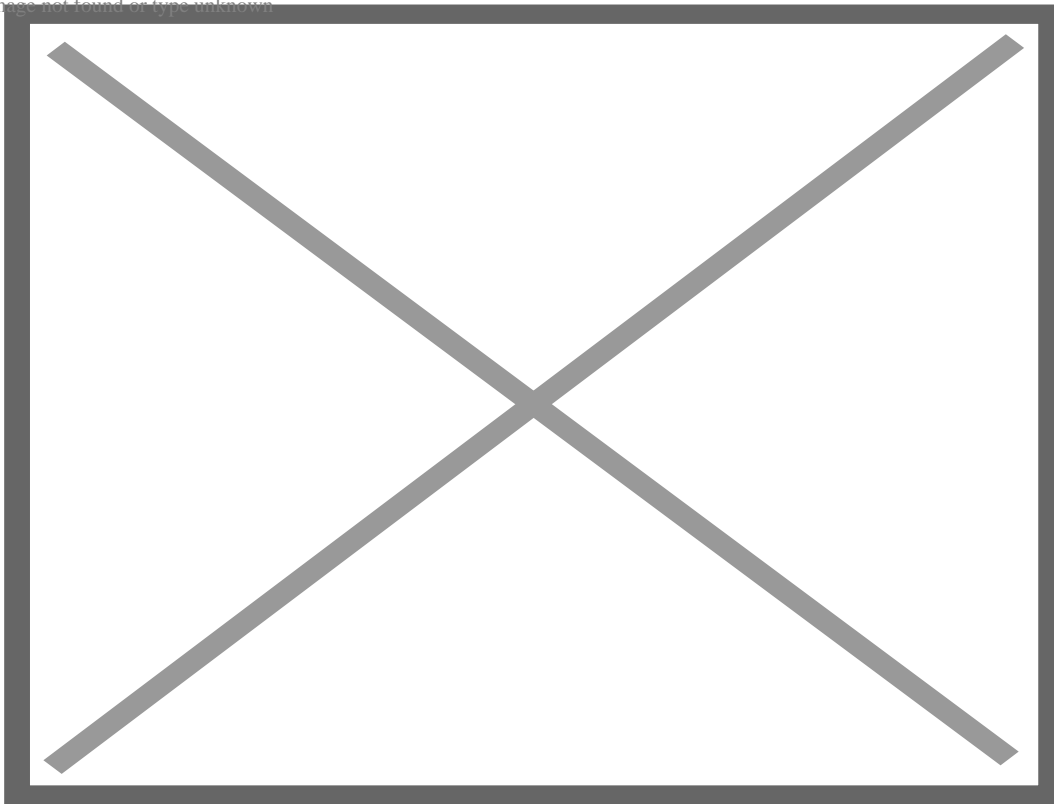


Cuando en enero de 2016 se inauguró la panadería-dulcería especializada La Antigua Chiquita, en Carlos III y Luaces, en el capitalino municipio de Centro Habana, madres como Misleydis García «vieron los cielos abiertos», pues en esta tienen la posibilidad de adquirir, una vez a la semana, de manera estable y a precios módicos, productos saludables para sus hijos.

«Mi hijo fue diagnosticado a los cinco años con la enfermedad celíaca y ha sido una odisea garantizarle su alimentación para la escuela, para las meriendas, para el desayuno. Jugos, panetelas con maicena, galletas hechas con yuca, vegetales, pescado... pero no es fácil. Cualquier niño se come un pan y un refresco a cualquier hora del día, pero Kendry tuvo que aprender a comer diferente.

«Ojalá existiera una panadería como esta en Mayabeque, pues imagine que vivo en Madruga y vengo una vez a la semana a buscar los productos. Como yo, vienen madres de Pinar del Río, Matanzas, y por suerte la administradora nos conoce y si no podemos venir el día que corresponde la venta, ella nos la garantiza para cuando podamos venir».

Image not found or type unknown



Ana Ivis Ojal Montero, administradora de la entidad desde su creación, dijo que la sensibilidad con este padecimiento es esencial para trabajar. «Lo primero que hay que tener en cuenta es que debemos garantizar la elaboración de estos productos de manera estable y respetando normas higiénicas vitales para evitar la contaminación en las áreas de cascado de huevos, de elaboración, de horneado, de enfriamiento, de envase y etiquetado y de venta.

«La materia prima la recibimos desde España y nuestro país ha completado cierta cantidad para lograr, como se ha hecho, una oferta estable. Cuando abrimos, durante seis meses regalamos los productos y se estudió la evolución de los pacientes a partir de la ingesta de estos. De acuerdo con los resultados, pasamos a la venta regular».

Ojal Montero refiere que aunque la cantidad de personas adscritas a la unidad puede incrementarse, «del equipamiento de que disponemos y la cantidad de insumos que recibimos, hemos podido satisfacer la demanda hasta el momento. Si, como se ha pensado, se decide ampliar la oferta en los hoteles y en otros establecimientos para vender productos saludables a la población, en ese caso necesitaríamos de un crecimiento en ese sentido».

## **Un cambio inspirador**

Con la experiencia de La Habana llegó entonces la panadería-dulcería Siboney, en Villa Clara, y a partir del 23 de octubre de 2017 comenzó a funcionar en tierra santiaguera el tercer centro de este tipo en el país, conocido como la Casa del Celíaco. Al igual que los otros está dotado con todas las condiciones para garantizar la producción a pacientes de las provincias del este cubano, incluido Camagüey.

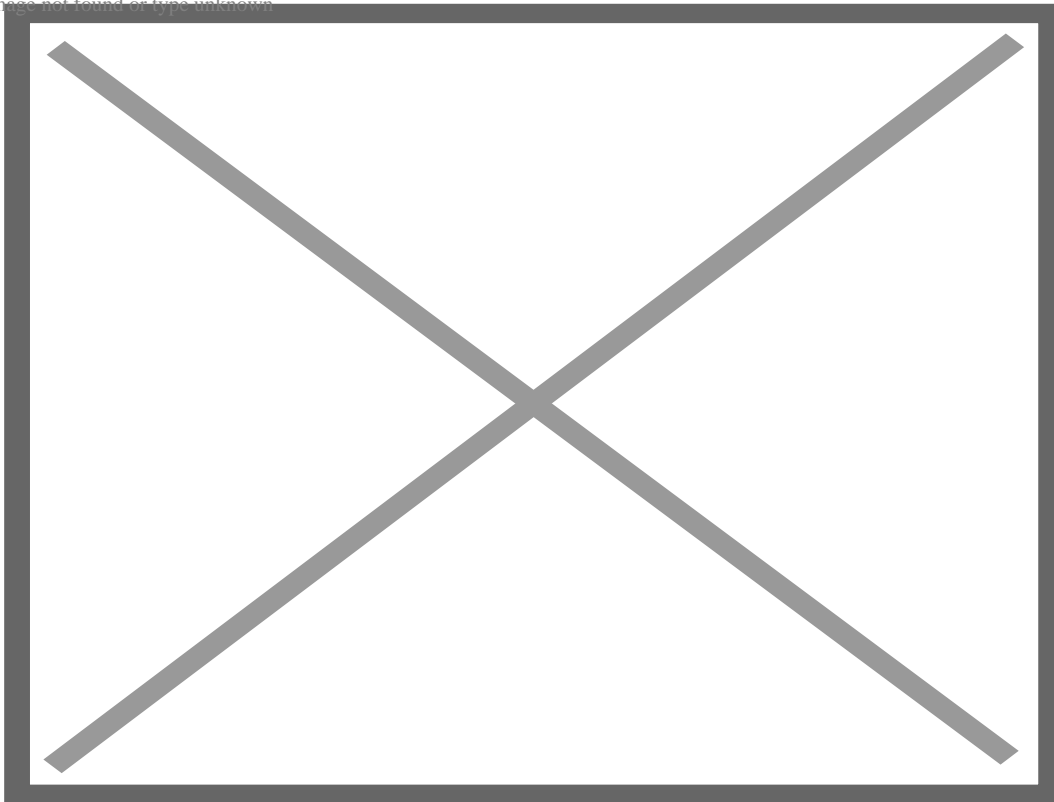
La aspiración, explicó el ingeniero Raciél Montalvo Bravo, director de producción de la Empresa Provincial de la Industria Alimentaria de Santiago, «es contribuir con la dieta adecuada de aquellas personas que deben consumir alimentos libres de gluten, cuestión que comúnmente deviene motivo de angustia, dada la escasa disponibilidad y altos precios de estos productos en los mercados nacionales».

Daniela Zurdo, madre del pequeño Randy Jesús Álvarez, está ahora feliz y agradecida. La nueva panadería-dulcería, insiste, es también un alivio para los padres y familiares de los pacientes, a quienes les es muy difícil combinar el trabajo y los muchos cuidados que lleva su atención, sobre todo en cuanto a la higiene de los alimentos.

Justo por lo logrado, Daniela piensa que pudieran sumársele otras opciones al proyecto en las provincias, como incorporarle la asignación de frutas y vegetales que la agricultura les ofrece a algunos como dieta, de manera que se garantice la venta de jugos y estos alimentos porcionados, con la garantía de la higiene que evite una nueva crisis.

En estos momentos el centro, dotado de una moderna tecnología y personal entrenado, elabora cuatro tipos de módulos que contienen una decena de productos empaquetados y sellados, los que pueden ser seleccionados y adquiridos por estas personas, según sus preferencias y posibilidades, explicó Yisel Cobas Zayas, administradora de la Casa del Celíaco.

Image not found, or type unknown



Lamenta que todas las provincias no se preocupen de la misma manera, desde sus gobiernos, por crear el mecanismo para venir todas las semanas a recoger las producciones que beneficien a sus celíacos. «Únicamente Guantánamo viene como provincia regularmente a buscar sus producciones. Los pacientes del resto de los territorios vienen por su cuenta, cuando pueden, y eso limita el alcance de un programa tan humano como este»,

advierde.

El cambio de los pacientes es inspirador, dice la joven Niurbileydis Rojas Lunas, dependiente de la unidad santiaguera. «Cuando los ves llegar por primera vez, algunos delgados, con una fisonomía propia de la enfermedad, eso te deprime; pero luego, en la medida en que van incorporando los productos, notas su avance, ves como suben de peso. Entonces recibes el agradecimiento de sus familiares y eso te hace sentir que todo esfuerzo por ellos es poco».

Lo confirman los ojos chispeantes del adolescente que a los 16 años probó su primer pedazo de pan, la satisfacción de Reine de la Cruz Carbonel, de 38, quien después de tantas complicaciones, hoy «siente que estos alimentos le hacen bien».

Se ratifica en el deleite de Isabel María Labrada ante una moka de chocolate, y en la alegría común de Sofía, de tres añitos, y Manuel, de 76 —la más pequeña y el más longevo entre los pacientes de Santiago de Cuba—, unidos en el empeño de vivir sin gluten, que ha encontrado el más dulce alivio en este programa totalmente subsidiado por el Gobierno, a pesar del bloqueo y la escalada imperialista.

## Un programa en desarrollo

El director general de Política Industrial del Ministerio de la Industria Alimentaria, Jesús Gómez, explicó que para desarrollar este programa estatal existen varias líneas de trabajo, y una de estas está relacionada con diversificar productos y reducir importaciones. «Para ello hemos realizado formulaciones a partir de la utilización de harina de arroz y de maíz, y el sorgo.

«En las pruebas para elaborar productos como panetelas, pan, panqué *cake* hemos tenido resultados satisfactorios. Hoy estamos buscando sobre todo que la harina de estos productos sea más fina. Es un problema tecnológico que tenemos que solucionar, pero nos satisface que puedan obtenerse los productos», asegura.

El directivo precisó que también trabajan en la producción de galletas de arroz, lo que posiblemente pueda realizarse en la planta Gambina, en el capitalino municipio de Cerro, donde se crean las condiciones para producir también espaguetis, lasañas, canelones y fideos en grandes volúmenes, entre otras líneas de productos.

«Además, a partir de una investigación con la entidad de ciencia, tecnología e innovación Sierra Maestra aspiramos a emplear la sachá inchi, una planta conocida como el maní de los incas, cuya semilla puede procesarse y extraerse el aceite, quedando un producto que al molerse da una harina que utilizaríamos en nuestras formulaciones —a partir de su elevado porcentaje proteico y saludable— y así sustituir los MIX que empleamos».

Otra línea está asociada al transporte. El directivo apunta que la transportación a las provincias es uno de los grandes problemas que existen, «porque dependemos de las gestiones de cada Gobierno local para que busquen los productos y los repartan en los territorios, partiendo de la premisa de que ese transporte no puede utilizarse para otros fines, con el propósito de evitar la contaminación de los productos».

Ante tal situación muchos se preguntarán por qué no existen panaderías en todas las provincias, pero como explicó Gómez ello está relacionado con la cantidad de pacientes, pues «tenemos lugares donde las cifras son mínimas y en estos no podemos poner centros que apenas se exploten. Como hemos explicado estas panaderías tienen que ser únicas, por el tipo de harina que emplean y las condiciones higiénicas y sanitarias requeridas.

«Sabemos que no es lo mismo ir de un municipio a la provincia, que de esta a otra, y por eso fue que buscamos una solución con los Gobiernos locales en cuanto a transporte. Reconocemos que en muchos lugares ha sido inestable y no ha funcionado. Por suerte ya se han autorizado tres carros propios con esos propósitos y en cuanto entren se podrán en funcionamiento», señaló.

El Director General explicó que desde el Ministerio y las instancias de los Gobiernos locales sistemáticamente se supervisa el respeto a las normas de higiene y alimentarias de las producciones. «Las panaderías no son nuestras, sino de los Gobiernos, y nosotros lo que ejercemos es un control estatal sobre ellas y centramos el programa para el desarrollo de todas las líneas de trabajo que necesitan para desarrollarse».

## **El sorgo abrió el camino**

Las investigaciones para mejorar la alimentación de los infantes que padecen la enfermedad celíaca comenzaron en Villa Clara hace más de una década, con el fin de proveerles otra opción para su alimentación. En 2011 se produjeron los primeros dulces y galletas elaborados a partir del sorgo, cultivo presente en la agricultura de la provincia.

Fue Orlando Miguel Saucedo Castillo, Doctor en Ciencias Agrícolas, uno de sus artífices desde la Universidad Central Marta Abreu, de Las Villas, quien utilizó para elaborar los alimentos una variedad blanca de sorgo muy consumida en otros países. Destacó entre sus ventajas que se puede cultivar en todas las provincias y durante el año, como lo avala más de una década de estudios del Centro de Investigaciones Agropecuarias (CIAP) de la Universidad.

Gracias al empeño de esa institución, que recibió en 2015 el Premio Nacional de Innovación Tecnológica del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente, se extendió el cultivo a otras provincias. Vale revelar también que el sorgo, proveniente de las regiones tropicales y subtropicales del este de África, debido a su alta resistencia al calor y la sequía se ajusta bien a nuestras condiciones climáticas.

«En Cuba existen 14 tipos de sorgo registrados, de los cuales 11 están amparados por el CIAP», explicó el experto, quien argumenta que el mérito fundamental estuvo en traer buenas variedades desde México, hacer que fueran aprobadas por las autoridades del sector agrícola y lograr que puedan hibridarse.

Sin embargo, no se ha podido establecer el proyecto sobre la base del grano del sorgo como lo previeron sus desarrolladores de la Universidad. Por diferentes causas hubo inestabilidad en la entrega de los productos y se llegó a paralizar la producción.

¿Qué pasó? Hubo problemas con la cosecha del sorgo, pero determinó la falta de equipos para su molienda y secado, que se había iniciado en un molino de la Universidad que colapsó, pues en el proceso de molienda se perdía casi el 50 por ciento del cereal, recuerda Miguel González Pérez, administrador de la panadería-dulcería Siboney.

«Aunque en estos momentos no se emplea por las causas expuestas, el sorgo sigue siendo la apuesta para esa elaboración en Cuba, pues ya demostró su eficacia. Por ello, ya se terminó un secadero y molino que produjo la empresa villaclareña Planta Mecánica, que será instalado en un lugar propicio», afirmaron directivos de la Empresa del Pan.

Image not found or type unknown

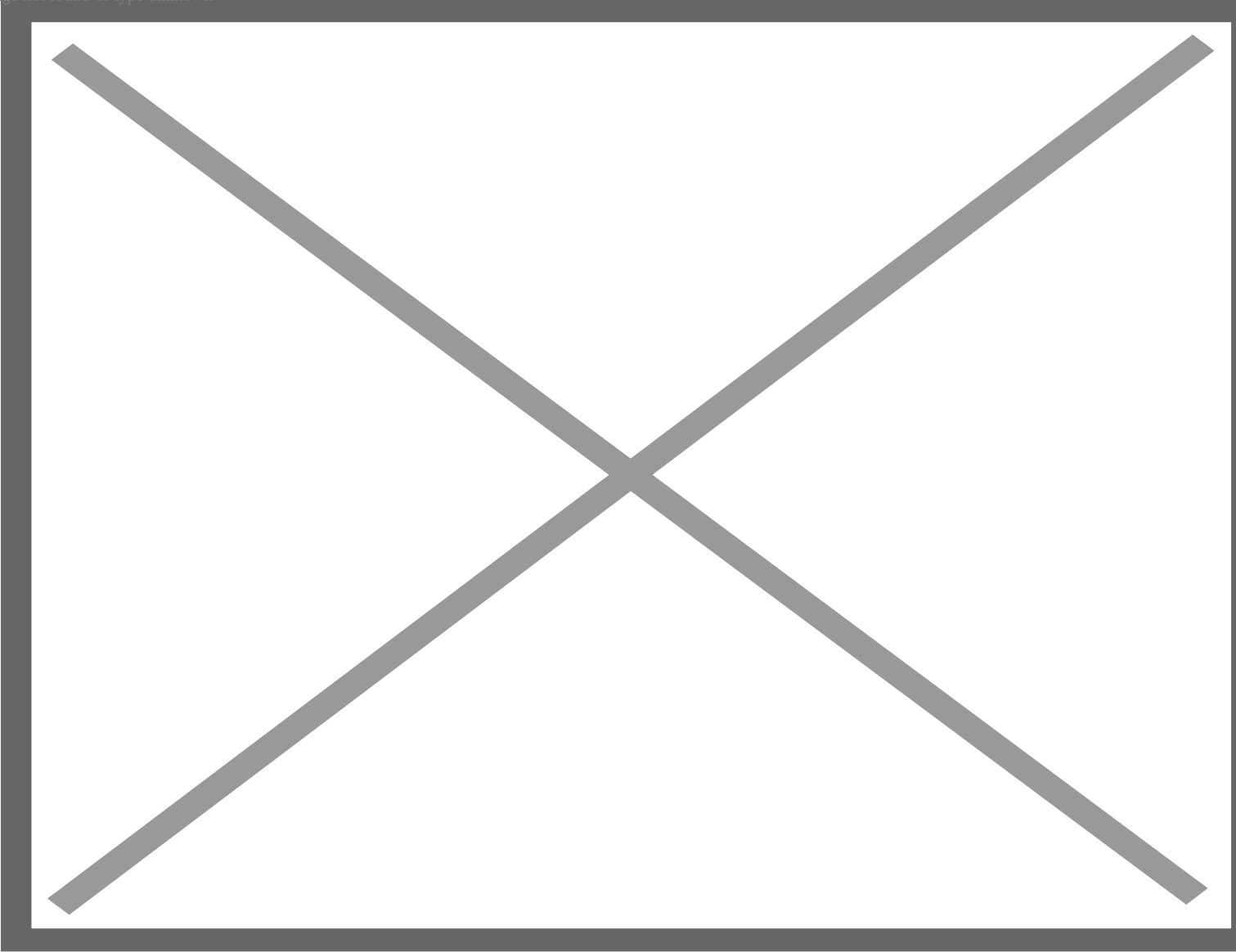
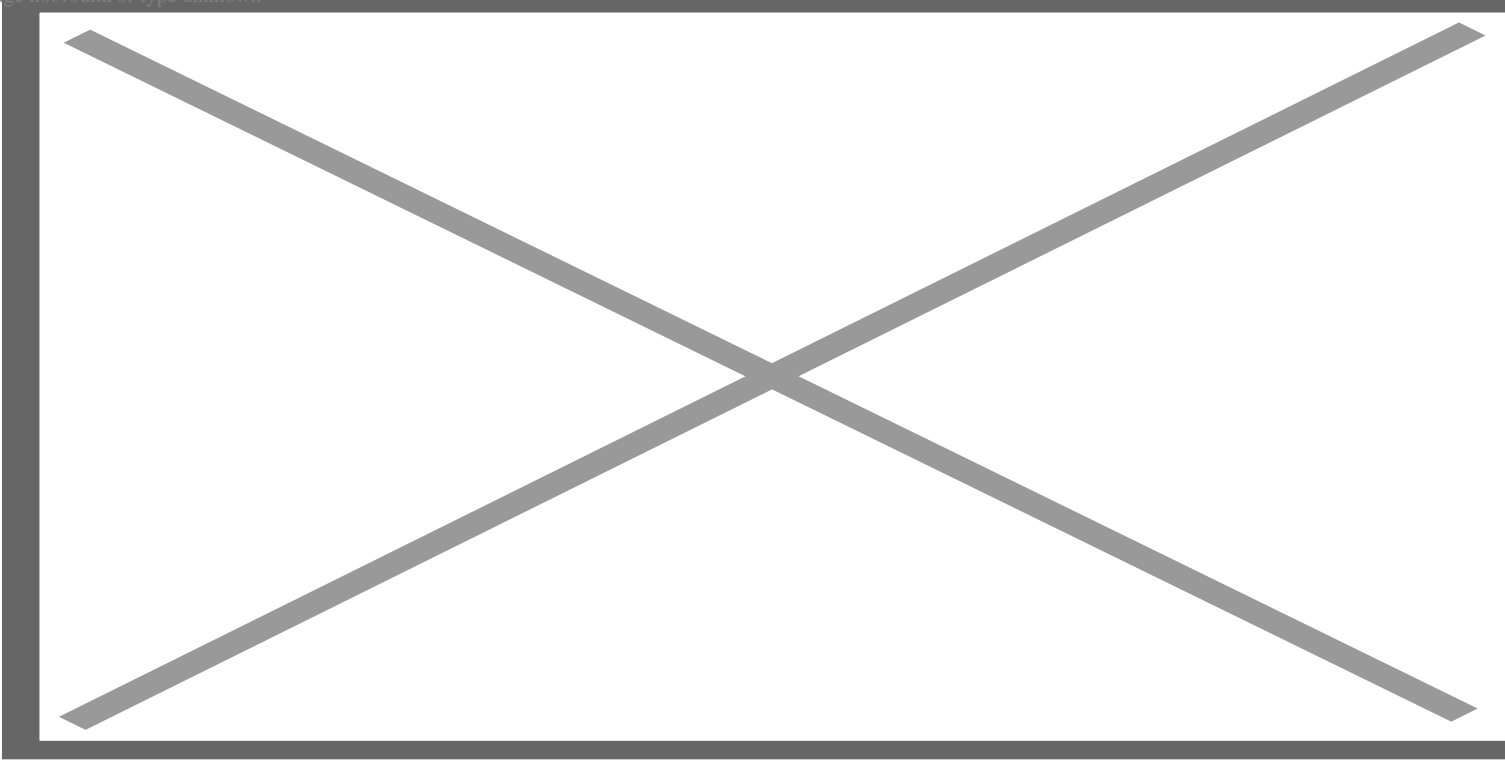




Image not found or type unknown



<http://www.juventudrebelde.cu/cuba/2020-01-04/vivir-sin-gluten>

**Juventud Rebelde** | Diario de la juventud cubana  
Copyright © 2017 Juventud Rebelde