

Gli alimenti senza glutine per celiaci e il ruolo del mais e del riso nella loro produzione

La celiachia è definita come “un enteropatia con lesioni caratteristiche dell’intestino tenue che, nel tratto coinvolto, impediscono l’assorbimento dei macro e micronutrienti”. L’agente scatenante è la gliadina del glutine di frumento e le prolamine dell’orzo, della segale e dell’avena. In merito il decreto legislativo dell’8-02-2006 n. 144 G.U.n.69 del 23-03-2006, allegato 1 sezione 3, indica come cereali contenenti le proteine tossiche del glutine “il grano, l’orzo ,l’avena, il farro, il kamut (nome commerciale di un grano tetraploide della stessa specie del frumento duro) e i loro ceppi ibridati e i prodotti derivati.” Quantunque la ricerca abbia individuato specie di frumento meno tossiche di altre il loro utilizzo è ugualmente dannoso poiché anche la minima presenza di proteine tossiche può indurre i sintomi della celiachia. Pertanto solo eliminando, per tutto l’arco del vita, gli alimenti contenenti anche quantità minime di tali proteine, è possibile prevenire i sintomi della malattia celiaca.

Quando si parla di celiachia si usa spesso la dizione “glutine di grano o di frumento”. In realtà il glutine non è presente nella cariosside la quale invece contiene due complessi proteici multi composti, gliadina e glutenina, che, quando sono idratate, formano appunto il glutine...

[Vedi articolo](#)



Jan Brueghel Il Vecchio