

Dermatitis herpetiforme

Dieta exempta de gluten

Aliments prohibits

- Tot tipus de pastes: pastes italianes, pastes de sopa, sèmola de blat.
- Pastisseria: brioixos, galetes, púdings.
- Salses amb farina de blat, sègol, civada o ordi.
- Pa: blat, sègol, ordi.
- Menjars que tinguin farines de blat o pa: mandonguilles, embotits que continguin fècules.
- Menjar enllaunat o preparat que no en coneguem la seva preparació.

De tots els altres aliments es pot prendre el que es desitgi i preparar-los com es vulgui, excepte aquelles formes en que la seva elaboració calgui farina.

També es permeten tota classe de begudes incloent té, cafè, etc.

Es preferible no prendre gelats.

Exemples d'aliments permesos:

Tota classe de carns, ous, pernil salat, peixos, llet i derivats, vegetals, patates, blat, productes sense de gluten, arròs, sèmola d'arròs, confitures, fruites secs, farina d'arròs, farina de patata, farina de blat de moro.

Poden trobar-se productes sense gluten (pa, pastes) a botigues especialitzades.

Per a més informació poden consultar a:

<http://www.celiacscatalunya.org/>