

CEREALES SIN GLUTEN

MAÍZ

El maíz está presente en casi todos los alimentos procesados y refrescos en alguna de sus diferentes formas. Cuando se adquieren productos elaborados y envasados se debe comprobar siempre los ingredientes que figuran en la etiqueta.

Debemos sospechar ante:

- Almidón sin especificar
- Dextrosa.
- Maltodextrina.

CONTIENEN O PUEDEN CONTENER MAÍZ:

- Aceite de maíz.
- Almidones Modificados. Debemos sospechar ante:

E-1400 – Dextrinas	E-1413 – Fosfato Fosfatado de almidón
E-1401 – Almidón modificado con ácidos	E-1414 – Fosfato acetilado de almidón
E-1402 – Almidón modificado con bases	E-1420 – Almidón acetilado
E-1403 – Almidón blanqueado	E-1422 – Adipato acetilado de dialmidón
E-1404 – Almidón oxidado	E-1440 – Hidroxipropil almidón
E-1405 – Almidones tratados con enzimas	E-1442 – Fosfato de idroxipropil almidón dialmidón
E-1410 – Fosfato de monoalmidón	E-1450 – Octenil succinato de almidón
E-1412 – Fosfato de dialmidón	E-1450 – Almidón oxidado acetilado

Se extraen de patatas y cereales, sobre todo del maíz. Se usan en conservas vegetales, yogur, helados, salsas, margarina, pasteles, productos cárnicos, nata y alimentos infantiles.

- Azúcar invertido.
- E- 150 - Caramelo (contiene jarabe de maíz).
- Cervezas elaboradas con maíz.
- Dextrina.
- Dextrosa.
- Embutidos y carnes preparadas (hamburguesas, salchichas, carne picada, etc.).
- Extracto de malta.
- Fructosa a partir del almidón de maíz.
- Glucosa delta lactona.
- Glutamato monosódico.

- Goma de xanthan.
- Harina de maíz.
- Isomaltosa.
- Jarabe de maíz.
- Jarabe de malta.
- Jarabe invertido.
- Levadura en polvo.
- Malta.
- Maltodextrina.
- Medicamentos con Almidón de maíz seco como principio activo o fécula de maíz como excipiente.

El Ministerio de Sanidad a través de su Agencia Española de Medicamentos y productos sanitarios ofrece un centro de información online donde se pueden conocer toda la información sobre un medicamento. La página de consulta es:

<http://www.aemps.gob.es/cima/fichasTecnicas.do?metodo=detalleForm>

Hay soluciones intravenosas que se administra a los pacientes en los hospitales que pueden contener dextrosa.

- Mono y diglicéridos.
- Sal de mesa que contiene 50% de dextrosa, o azúcar del maíz.
- Snacks y golosinas.
- Sémola de maíz.
- Sirope de maíz.
- E- 420 - Sorbitol.
- Suplementos nutricionales que contiene fécula de maíz como excipiente.
- Yogures y postres lácteos.

Esta documentación es informativa, en ningún caso sustituye a la información que pueda facilitar un médico. Se ha elaborado consultando, entre otros documentos, las siguientes páginas web:

<http://alergiayalimentos.com/que-es-la-alergia-alimentaria/cereales/>

http://www.aepnaa.org/Alimentos/alergia_cereales.html

<http://www.alergiafbbva.es/alergia-a-los-alimentos/27-alergia-a-cereales-legumbres-y-frutos-secos/>

Ayúdanos a mejorar esta información - info@aedeseo.org