

# 2022

## Informe anual de precios



**FACE**  
Federación  
de Asociaciones de  
Celfacos  
de España

# Índice

1. Objetivo	<b>pág. 03</b>
2. Definiciones	<b>pág. 03</b>
3. Introducción	<b>pág. 04</b>
4. Metodología	<b>pág. 06</b>
5. Resultados	<b>pág. 07</b>
6. Conclusiones	<b>pág. 11</b>

© Copyright del material interior: FACE.

Cristina José De Abreu Rodrigues. Dpto. de Calidad y Seguridad Alimentaria.

© Copyright de imágenes y recursos visuales: Unsplash.

Maquetación y diseño de cubiertas:

Carlos García Saldaña. Dpto. de Comunicación de FACE.



**FACE**  
Federación  
de Asociaciones de  
Celíacos  
de España

Federación de Asociaciones de Celíacos de España (FACE). Entidad declarada de Utilidad Pública con nº Registro Nacional 603218.  
Calle Tres Peces, 32, Local Bajo  
28012 Madrid  
[www.celiacos.org](http://www.celiacos.org)

# 1. OBJETIVO

Estimar el gasto aproximado que implica para una persona celiaca realizar una dieta sin gluten. La investigación se realiza haciendo cálculos del coste de productos específicos y adquiridos con frecuencia semanal, mensual o anual.

## 2. DEFINICIONES

- **Genéricos:** se trata de aquellos productos que en su composición natural no contienen gluten, dentro de los cuales se encuentran carne, pescado, frutas, verduras, huevos, legumbres, hortalizas, leche, patatas, etc. (alimentos que no han sido procesados de ninguna manera).
- **No genéricos:** se refiere a todos aquellos productos que han sido elaborados específicamente para el colectivo celiaco y en los cuales se ha sustituido cereales no aptos para una dieta sin gluten (trigo, cebada, centeno y derivados y avena sin certificar). Son productos específicos la pasta, pan, bollería, pastelería, galletas, cerveza, etc.
- **Productos convencionales:** son productos que no han sido elaborados especialmente para personas celiacas, pero que de acuerdo con sus ingredientes podrían ser aptos para dicho colectivo. Por ejemplo: chocolates, yogurt de sabores, salsas, embutidos, platos preparados, etc. Los productos convencionales son los que generan mayor preocupación en el colectivo celiaco y requieren revisión del etiquetado. Se recomienda consultar si el producto está registrado como apto en el [Lista de alimentos sin gluten](#) editada por FACE o en la app FACEMOVIL.
- **Productos con gluten:** son aquellos productos compuestos por ingredientes que contienen cereales con gluten y/o derivados de los mismos. El consumo de productos con gluten no es apto para las personas celiacas.



### 3. INTRODUCCIÓN

La **Enfermedad Celiaca** (EC) es una patología multisistémica con base autoinmune provocada por el consumo de gluten y prolaminas relacionadas, en individuos con predisposición genética, que se caracteriza por la presencia de una combinación variable de manifestaciones clínicas dependientes del gluten, anticuerpos específicos de EC, haplotipos HLA DQ2 o DQ8 y enteropatía.

A día de hoy, el único tratamiento existente para la EC es realizar una **dieta estricta sin gluten y sin transgresiones durante toda la vida** en vista de que el consumo de pequeñas cantidades de gluten ocasiona daños a nivel intestinal aun cuando el individuo sea asintomático. Retirar el gluten de la alimentación de personas con EC permite la desaparición de síntomas, normalización de la serología y recuperación de la atrofia de las vellosidades intestinales.

El gluten es una proteína que carece de valor nutricional, sin embargo, es utilizado como auxiliar tecnológico por sus cualidades de aportar esponjosidad y elasticidad a las masas en gran parte de los productos procesados, en especial productos de panadería y bollería.

En la industria alimentaria, retirar el gluten de productos específicos implica sustituirlo por otras materias primas que, por lo general, **se encuentran con menos frecuencia y un tanto más costosas** incrementando en consecuencia el precio del producto final. Con los avances existentes en la producción de alimentos, se desarrollan cada vez más productos específicos sin gluten y aptos para el consumo de personas que padecen de EC, pero que no dejan de tener **un coste elevado en comparación con otros productos alimenticios destinados a la población general**.

En España, las personas con EC no cuentan con ningún tipo de apoyo económico ni subvención para costear el tratamiento de su enfermedad (dieta sin gluten), tendiendo que asumir el incremento en la adquisición de productos alimenticios aptos para su consumo.

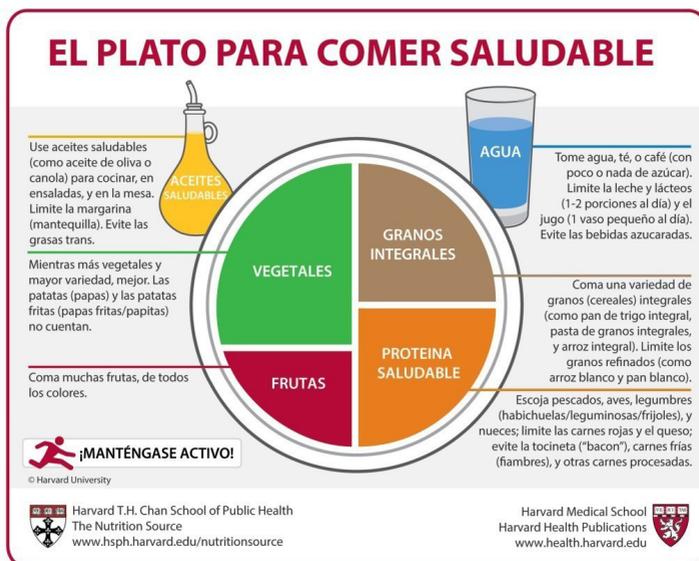
Desde FACE se recomienda al colectivo celiaco realizar una **dieta sin gluten variada y equilibrada** teniendo como base principal los productos que por naturaleza no contienen gluten como lo son frutas, verduras, carnes, pescados, huevos, leche y cereales aptos (arroz, maíz, quinoa, etc.) y que los productos específicos sean consumidos de forma ocasional, con el objetivo de mantener un estilo de vida saludable.

FACE desarrolla diversos proyectos para garantizar la seguridad alimentaria del colectivo celiaco, entre los cuales se encuentra la edición y publicación anual de la "Lista de Alimentos sin gluten" que en su última edición recoge más de 16.000 referencias de productos sin gluten revisados por el Departamento de Calidad y Seguridad Alimentaria de FACE a partir de la documentación proporcionada por los fabricantes de productos alimenticios (materias primas utilizadas, proceso de elaboración, análisis de los puntos críticos en las diferentes fases de producción y control analítico del producto final).

Como un extra de seguridad al escoger productos sin gluten, FACE recomienda que además de comprobar la mención **“sin gluten”** en el etiquetado, los productos estén certificados bajo el **Sistema de Licencia Europeo (Marca Registrada “Espiga Barrada” o ELS)** que garantiza un contenido de gluten inferior a 20 mg/kg.



*El Plato para Comer Saludable*, diseñado por la Escuela de Salud Pública de Harvard, es una representación gráfica que sirve como guía para preparar opciones de comida saludable, cuyas recomendaciones se aplican perfectamente para el colectivo celiaco, desde que los menús sean elaborados a base de ingredientes sin gluten de forma natural.



**Imagen 1:** El Plato para Comer Saludable, Escuela de Salud Pública de Harvard.

**Desde FACE y las asociaciones de celiacos, se recomienda basar la alimentación sin gluten en productos genéricos y evitar el consumo excesivo de productos específicos sin gluten como medida preventiva de aparición de otros problemas de salud relacionados con el valor nutricional de los mismos,** puesto que el mismo suele ser incompatible con una alimentación saludable (recomendación que aplica tanto a población general como a personas celiacas) por lo que su consumo debe ser puntual.

## 4. METODOLOGÍA

Como ya es costumbre en la Federación de Asociaciones de Celiacos de España, cada inicio de año se realiza una investigación de carácter comparativo sobre los costes asociados al seguimiento de una dieta sin gluten teniendo como eje principal la adquisición de productos específicos sin gluten con el objetivo de determinar las variaciones existentes en el coste de los mismos de un año a otro, además de comparar el gasto que vive una persona que compra productos sin gluten frente a los “con gluten”.

Los datos del presente informe se calculan teniendo como base el consumo diario recomendado para población adulta sana, que implica un aporte calórico total de 2000 a 2200 calorías por día.

*El requerimiento calórico es diferente en cada individuo y se debe estimar en función del grupo de edad, la realización actividad física, presencia de patologías y otras condiciones fisiológicas.*

La información recogida en este informe es únicamente sobre precios de productos específicos sin gluten, los cuales, **a pesar de no ser los más recomendados para el seguimiento de la dieta sin gluten, son sin lugar a dudas, los que incrementan el gasto dedicado a la compra de alimentos de las familias con miembros celiacos.**

Los productos específicos, cuyo precio ha sido objeto de estudio, están registrados en la [Lista de Alimentos sin gluten 2022](#).

En este informe no se incluyen precios de productos genéricos (frutas, verduras, legumbres, carnes, lácteos, etc.), dado que el coste de los mismos es similar para todo tipo de consumidor.

Para elaborar el informe anual de precios de productos sin gluten, se recopila información sobre el precio de venta de 21 tipos de productos alimenticios con gluten y sin gluten disponibles en 6 cadenas de hipermercados diferentes y que están presentes en todas las Comunidades Autónomas del territorio nacional.

Los productos analizados se han seleccionado de forma aleatoria incluyendo productos de alto coste de marcas reconocidas, de marca blanca y los de precio intermedio.

Para estandarizar la comparación de precios, todos los valores se han calculado para 100 g de producto y para llegar a un único valor, se ha realizado un promedio entre los precios de todas las cadenas de hipermercados revisados.

Los resultados obtenidos han sido utilizados para realizar una comparación entre el gasto que implica la adquisición de productos específicos sin gluten frente a la compra de productos de uso común para todo tipo de consumidor.

## 5. RESULTADOS

En este apartado se pretende dar a conocer el resumen de la investigación realizada para establecer conclusiones.

La primera tabla permite mostrar la diferencia de precios existente entre los productos con y sin gluten (precio promediado entre marcas de hipermercados):

**Tabla 1:** Precio de los principales productos específicos con y sin gluten y su diferencia en el 2022 (€/100g).

PRODUCTO ALIMENTICIO	CON GLUTEN €/ 100g	SIN GLUTEN € / 100g
Cereales de desayuno	0,30	0,50
Barritas de cereales	1,09	2,02
Galletas	0,25	0,83
Galletas de chocolate	0,27	1,28
Magdalenas	0,47	1,26
Harina panificación	0,05	0,34
Harina de repostería	0,08	0,29
Obleas de helado	0,61	2,91
Macarrones/Fideos	0,16	0,36
Pan (barra)	0,24	1,10
Pan de molde	0,15	0,66
Pan (tostado)	0,28	2,07
Pan (Hamburguesa)	0,29	1,02
Pan rallado	0,12	0,82
Croquetas	0,29	1,23
Pizza	0,52	0,69
Masa Hojaldre	0,48	0,94
Lasaña	0,54	0,83
Tartas	0,90	1,49
Producto navideño	1,86	2,11
Cerveza	0,16	0,22
<b>TOTAL</b>	<b>9,11</b>	<b>22,96</b>

De acuerdo con la revisión realizada, el coste de los productos sin gluten es notoriamente superior al coste de productos corrientes con gluten: **22,96 € frente a 9,11€.**

**En 2022**, la mayor diferencia de precios entre productos con y sin gluten se encuentra en el **pan tostado, en el pan rallado y en la harina de panificación**: productos que probablemente estarán en la mesa de la mayoría de consumidores celiacos de España a la hora de desayunar y que podría implicar un gasto para familias con miembros que padezcan enfermedad celiaca pertenecientes a cualquier grupo de edades, a diferencia de años anteriores, donde los productos más costosos eran los de bollería sin gluten. **En 2021, los productos sin gluten más costosos fueron las magdalenas y galletas de chocolate.**

La diferencia de precios existente entre productos con y sin gluten se relaciona de forma directamente proporcional con el incremento del gasto destinado a la compra de alimentos sin gluten en una familia de clase media donde exista al menos un miembro que padezca enfermedad celiaca o deba seguir una dieta sin gluten teniendo como base de su alimentación productos específicos de panadería.

Los datos obtenidos para 100 g de producto se han calculado estimando el consumo semanal, mensual y anual, para conocer el gasto adicional que supone la adquisición de productos específicos sin gluten para el consumidor que padece EC. La comparación se presenta en la siguiente tabla:

**Tabla 2.** Diferencia de precios en la compra de productos con y sin gluten por semana, mes y año.

PRODUCTO ALIMENTICIO	SEMANAL	MENSUAL	ANUAL
Compra sin gluten	28,49 €	113,95 €	1.367,41 €
Compra con gluten	10,88 €	43,52 €	522,20 €
<b>Diferencia</b>	<b>17,61 €</b>	<b>70,43 €</b>	<b>845,20 €</b>

Los resultados obtenidos son más que obvios y es lógico observar que, en una familia donde uno de sus miembros padezca EC y además base su alimentación en productos específicos con aporte calórico de 2000 a 2200 kcal, tendrá un aumento en el gasto destinado a la adquisición de la cesta de la compra de **17,61€ a la semana, 70,43 € al mes, y de 845,20 € al año**, en relación con otros consumidores.

Es importante destacar que los resultados registrados han sido calculados teniendo como premisa que tan solo exista una persona celiaca en el núcleo familiar, con lo que será fácil deducir que, al ser la EC una enfermedad dependiente del componente genético, será muy probable que exista más que una persona con EC en la familia, así que: **a mayor número de integrantes del grupo familiar con EC, mayor gasto destinado a la compra de productos sin gluten por familia.**

Si se realiza una comparación con los resultados obtenidos en el Informe Anual de Precios de 2021, podremos notar diferencias en el gasto en la compra de productos con y sin gluten entre el 2021 y 2022 se detallan en la tabla 3.

**Tabla 3.** Diferencia en los precios de productos con y sin gluten entre 2021 y 2022 (€).

AÑO	€ ANUAL SIN GLUTEN	€ ANUAL CON GLUTEN	DIFERENCIA ANUAL €
2021	1280,44 €	345,75 €	934,69 €
2022	1367,41 €	522,2 €	845,2 €
<b>Diferencia</b>	<b>86,97 €</b>	<b>176,45 €</b>	<b>-89,49 €</b>

En la tabla anterior se muestra la diferencia de precios existente en la adquisición de alimentos entre una persona celiaca y una persona no celiaca, considerando la compra frecuente de productos sin gluten.

**Nota:** Cada grupo familiar, con algún miembro celiaco o no, realiza la compra mensual de alimentos teniendo en cuenta sus gustos y necesidades, por lo que estos valores son una referencia, pero no una regla cierta en todos los casos, de hecho, el gasto podría ser inclusive mayor si se abusa de productos específicos.

Es evidente que la diferencia entre el promedio de precios entre marcas de hipermercados ha sido menor al de 2021, **situándose en 845,2 € en 2022 frente a 934,69 € de diferencia en 2021.**

A pesar de que ha disminuido la diferencia de precios entre producto con y sin gluten, el coste de los productos sin gluten se ha incrementado en **86,97 € entre 2021 y 2022.** El incremento de precios también se observa en el resto de productos, **que se sitúan 176,45 € por encima del valor encontrado en 2021,** lo que podría explicar la disminución entre la diferencia de precios de productos sin gluten.

**Tabla 4.** Diferencia de precios de productos sin gluten por semana, mes y año entre 2021 y 2022 (€).

AÑO	SEMANAL	MENSUAL	ANUAL
2021	19,47 €	77,89 €	934,69 €
2022	17,61 €	70,43 €	845,20 €
<b>Diferencia</b>	<b>-1,86 €</b>	<b>-7,46 €</b>	<b>-89,49 €</b>

La diferencia en el coste de los productos sin gluten ha disminuido en comparación con los resultados obtenidos en el año 2021, con un total de 89,49 € menos en el gasto anual y situándose por primera vez en los últimos 5 años por debajo de 900 €.

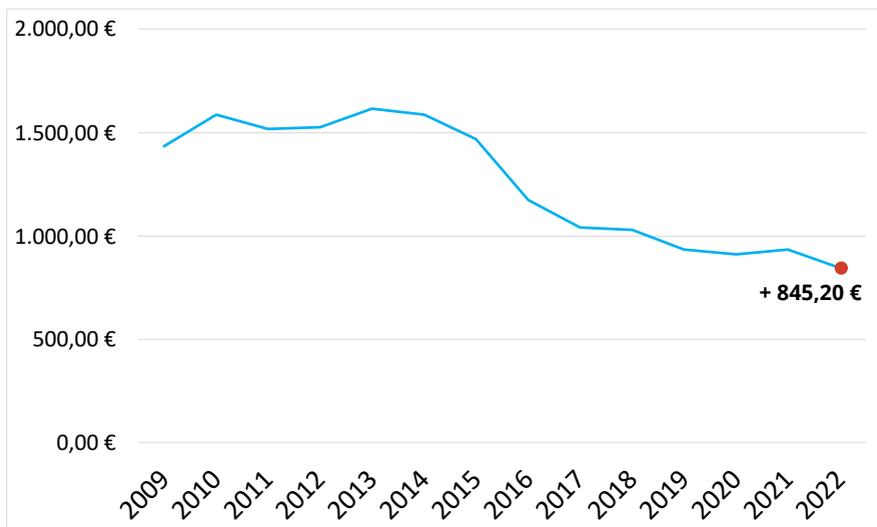
**La disminución de la diferencia de precio de los productos sin gluten en el año 2022 ha sido significativa con respecto al valor anual de 2021,** retomando la tendencia a la disminución de costes entre productos con y sin gluten, sin embargo, se evidencia un aumento en el coste de todos los productos sin discriminar que sean con o sin gluten.

Se sigue evidenciando diferencias en la compra de productos con y sin gluten, significando que este año, **el colectivo celiaco podría invertir 845,20 € más en la compra de alimentos si se relaciona con el gasto de la población general.** La desigualdad de precios existente entre productos con y sin gluten, se debe principalmente al mayor coste de las materias primas utilizadas en la producción sin gluten, necesidad de controles de calidad que garanticen la seguridad alimentaria del producto final, cambios en las instalaciones y equipos usados en la línea productiva, I + D, entre otros gastos extra que no se pueden obviar.

**El mayor coste de los productos específicos sin gluten, sumado a la baja disponibilidad que podría existir en algunos establecimientos autonómicos y de menor superficie, sin duda han repercutido negativamente en el poder adquisitivo y la situación económica del colectivo celiaco.**

No ha habido cambios en las ayudas y apoyos disponibles a nivel nacional para apoyar al colectivo celiaco, por lo que este, sigue asumiendo el incremento en el gasto de la compra al ser la dieta sin gluten su único tratamiento.

## Evolución del precio de la cesta de la compra sin gluten



## 6. CONCLUSIONES

El resultado obtenido en la revisión de precios de productos sin gluten permite establecer las siguientes conclusiones:

- El gasto anual destinado a la compra de productos sin gluten en 2022 ha aumentado **86,97 €**.
- Los productos específicos con mayor diferencia de precio en comparación con los productos con gluten son: pan tostado, pan rallado y harina de panificación.
- Se evidencia mayor tendencia a igualar los precios entre los productos sin gluten y los productos con gluten en relación a los cambios vistos en los últimos años.
- En 2022, los productos sin gluten tienen **89,49 €** menos de diferencia que en comparación con 2021.
- La diferencia existente en la adquisición de productos con y sin gluten se mantiene elevada, situándose en **845,20 €/año** extra para el colectivo celiaco.
- El incremento de precios ha afectado de forma negativa a todos los productos del mercado (con y sin gluten).

Los resultados obtenidos en este estudio evidencian la realidad que se vive en España, donde la inflación se ha disparado sin control y donde el valor de la cesta de la compra se incrementa cada día más. El índice de precios de consumo (IPC) ha cerrado el año pasado en 6,5%, según el dato definitivo del Instituto Nacional de Estadística (INE), el nivel más alto desde mayo de 1992.

La inflación ha tenido su inicio en España en la pasada primavera, cuando el IPC ha sobrepasado en abril la barrera del 2%. Aunque no se trata de algo que solo esté ocurriendo en este país, sino que la subida de los precios se ha extendido por todo el mundo desde que hemos entrado en pandemia de Covid19; afectando evidentemente a toda la población y no dejando treguas para el colectivo celiaco y la puesta en el mercado de productos sin gluten.

Desde FACE y las asociaciones de celiacos se hará uso de los datos obtenidos para reclamar la atención de las autoridades correspondientes ante la fragilidad que vive el colectivo celiaco debido al elevado coste de productos sin gluten.



Federación de Asociaciones de Celiacos de España (FACE). Entidad declarada de Utilidad Pública con nº Registro Nacional 603218.  
Calle Tres Peces, 32, Local Bajo.  
28012 Madrid  
[www.celiacos.org](http://www.celiacos.org)