

## **Tengo celiacía crónica (intolerancia al gluten)**

Me pongo muy enfermo cuando ingiero algo que contiene gluten. No puedo comer trigo, espelta, bulgur, cuscús, centeno, cebada ni avena. También se puede encontrar gluten en salsas, empanados y salchichas, entre otros. Me ayudará diciéndome qué contiene gluten y si la comida se ha preparado en una cocina sin contaminación cruzada.

¡Gracias por mantenerme a salvo!

# **DANISH COELIAC SOCIETY**

T: +45 2552 0832 | E: [post@coeliaki.dk](mailto:post@coeliaki.dk) | W: [coeliaki.dk](http://coeliaki.dk)

