

BOLETIM INFORMATIVO

Associação dos Celíacos do Brasil - Seção Minas Gerais

CNPJ: 02.267.017/0001-35

EDITORIAL

Em janeiro, iniciamos os trabalhos da Acelbra com a alegria e a vontade de fazer sempre o melhor. Nesta edição, leia sobre a nova rotulagem de medicamentos; o lançamento do livro de Clea Mara (CE); Campanha Maio Verde e a programação de eventos. Participe!

Boa leitura! Diretoria.

Campanha Maio Verde

“JÁ PASSOU DA HORA DE LEVAR A SÉRIO A DOENÇA CELÍACA”

Para a campanha do Dia Nacional do Celíaco em 2023 a FENACELBRA sugere o tema “**JÁ PASSOU DA HORA DE LEVAR A SÉRIO A DOENÇA CELÍACA**”.

A campanha visa aumentar a conscientização sobre a Doença Celíaca (DC) e sua gravidade e a necessidade de toda a sociedade tratá-la com seriedade. Também pretende informar sobre a importância do tratamento correto com uma dieta isenta de glúten rigorosa.

A DC é uma doença genética, autoimune, sistêmica, originada pela ingestão de glúten, que provoca inflamação e atrofia das vilosidades da mucosa intestinal, interferindo na absorção de nutrientes. Glúten é um conjunto de proteínas presentes no trigo, cevada, centeio e aveia (por contaminação cruzada).

A doença celíaca pode se desenvolver em qualquer idade e etapa da vida. Por se tratar de uma doença sistêmica e crônica, a demora no diagnóstico pode afetar todo o organismo e, em alguns casos, de forma irreversível. É importante detectá-la o quanto antes, especialmente no caso de crianças em fase de desenvolvimento, pois ela pode levar a alterações ósseas, dentárias, neurológicas, emocionais, de peso e estatura.

Além disso, os pacientes celíacos não diagnosticados e não tratados (com uma dieta sem glúten rigorosa) são mais propensos a desenvolver doenças como câncer (adenocarcinoma do intestino delgado ou linfoma) e osteoporose. No entanto, após o diagnóstico e a dieta sem glúten e uma alimentação bem cuidadosa, é possível reverter esse risco.

A epidemiologia da doença celíaca mudou nos últimos anos graças aos avanços nos métodos diagnósticos. Isso é especialmente relevante, uma vez que a Doença Celíaca (DC) é uma patologia gastrointestinal com incidência e prevalência crescentes e um espectro clínico altamente variável.

A importância do diagnóstico precoce reside no fato de que o estabelecimento de uma dieta isenta de glúten consegue não só a normalização do estado de saúde, mas também a recuperação da qualidade de vida dos celíacos. Adquirindo os hábitos necessários e um estilo de vida sustentável, os celíacos poderão alcançar uma normalização clínica e funcional da doença sem levar a outros males.

Por todas essas razões, é muito importante que os profissionais de saúde saibam bem quando pensar na doença celíaca e como diagnosticá-la. Estima-se que mais de 2 milhões de brasileiros (cerca de 1% da população) sejam celíacos. No entanto, de acordo com dados internacionais, cerca de 75% das pessoas com doença celíaca não estão diagnosticadas.

A FENACELBRA quer reiterar a importância da detecção precoce da Doença Celíaca (DC) para melhorar a qualidade de vida dos celíacos brasileiros. Essa detecção precoce é especialmente importante durante a infância para evitar complicações futuras e doenças relacionadas. Os especialistas em doença celíaca nos lembram que é essencial detectar e identificar a DC o mais rápido possível para evitar complicações em curto e em longo prazo.

Saiba mais em: “Doença Celíaca: Uma epidemia submersa!”
Dr. Fernando Valério – janeiro 2021. @fernandovaleriomedico

AGENDA

ABRIL

Picnic da Acelbra-MG

Traga uma toalha e seu lanche sem glúten.
Venha participar conosco!

Dia: 29, sábado, das 9h às 11h

Local: Praça Duque de Caxias (bairro Santa Tereza, cruzamento das ruas Mármore, Estrela do Sul e Tenente Vitorino)



MAIO

A partir de 02 de maio

Iluminação do prédio das Faculdades Kennedy (unidade Prado/BH) na cor verde, com alusão à Conscientização sobre a Doença Celíaca - Maio Verde

Reunião presencial com os associados

Dia: 20/05, sábado

Horário: 14h30min

Local: Estácio Floresta

Avenida Francisco Sales, 23 – Floresta.

Confira a programação completa em nosso site: www.acebramg.com.br

RECEITAS

LANCHES RÁPIDOS

**Leia sempre os rótulos e a lista de todos os ingredientes.*

Minissanduíche

Ingredientes

- Fatias de pão de forma (Schär)
- Molho de tomates
- Fatias de presunto sem glúten
- Fatias de muçarela sem glúten
- Orégano sem glúten

Preparo

Coloque sobre os pães, o molho de tomates, o presunto, a muçarela e, por cima, o orégano. Leve para assar por 10 minutos. A receita fica uma delícia. Um bom lanchinho.

Fonte: José Júnio do Patrocínio

Panqueca de aveia

Ingredientes

- 1 ovo
- 2 colheres (sopa) de aveia
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1 pitada de sal
- Orégano a gosto
- 1 colher (café) de fermento em pó

Preparo

Em uma tigela funda, quebre o ovo e bata bem com garfo. Acrescente o restante dos ingredientes, mexendo sempre. Aqueça uma frigideira antiaderente e coloque um pouco da massa, formando discos. Espere cozinhar dos dois lados até dourar. Retire do fogo. Recheio pode ser salgado ou doce, a gosto. Excelente opção para um café da manhã.

Fonte: @saudeeencanto

FIQUE LIGADO!

Doença Celíaca (DC):

CID-10 – K 90.0 Desordem sistêmica autoimune, desencadeada pela ingestão de glúten em indivíduos geneticamente suscetíveis.

Glúten: é a principal proteína presente no Trigo - Aveia* - Cevada (malte) - Centeio (TACC) e todos os seus derivados.

*Aveia: atualmente existem algumas marcas certificadas de aveia sem glúten.

ANVISA aprova Novo Marco Regulatório de Rotulagem de Medicamentos

Novas frases obrigatórias de
Alerta sobre presença de
algumas substâncias
visam a proteção de
Celíacos, Alérgicos e Intolerantes

FENACELBRA
Federação Nacional das Associações de Celíacos do Brasil



Nova rotulagem Anvisa

Celíacos, Alérgicos e Intolerantes,
leiam mais na matéria completa em
www.acebramg.com.br

Relatório Anual de 2022

Visite o site www.acebramg.com.br e
conheça um pouco mais do nosso tra-
balho no Relatório Anual de Atividades
2022.

Para ler

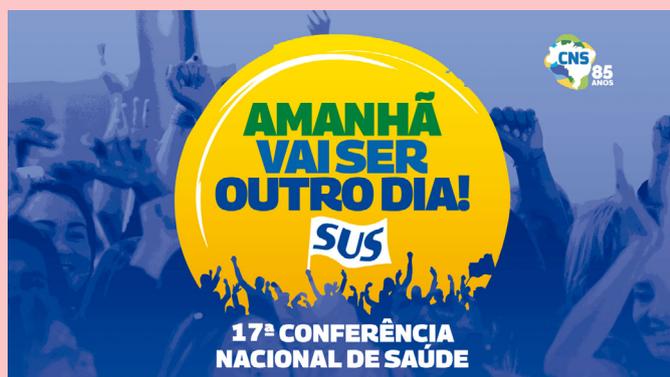
“Direito do Consumidor
Celíaco: Hipervulnerabili-
dade, Dever do Estado e
Responsabilidade Social
da Empresa”

Cléa Mara Coutinho Bento
2022
Editora Dialética



Com o tema “**Garantir Direitos e Defender o SUS, a Vida e a Democracia: Amanhã vai ser outro dia**”, a etapa nacional da 17ª Conferência Nacional de Saúde será realizada de **2 a 5 de julho de 2023, em Brasília.**

Saiba mais em <http://conselho.saude.gov.br>



Comunicado



**Associados e
empresas parceiras**
da Acelbra-MG,
mantenham seus
contatos atualizados.



ENCARTE ESPECIAL

CAÇA-PALAVRAS - AS FRUTAS

“O Brasil possui uma enorme variedade de frutas. Elas podem ser consumidas frescas ou secas (desidratadas), como parte das refeições principais ou como pequenas refeições. De acordo com o Guia Alimentar da População Brasileira, do Ministério da Saúde, é recomendado consumir no mínimo três porções de frutas (variadas) diariamente.”

Fonte: <https://www.tegraincorporadora.com.br/blog/lifestyle/importancia-das-frutas>

- Maçã • Abacate • Ameixa • Carambola • Pera
- Goiaba • Pêssego • Figo • Uva • Coco

Y	U	D	A	S	D	O	P	O	D	S	W
R	W	V	R	B	E	M	T	E	H	S	G
D	T	C	A	T	A	O	N	P	C	L	M
H	I	A	A	Ç	N	C	Ê	O	G	G	U
T	D	R	Ã	N	I	S	A	D	T	O	S
A	P	A	H	A	S	A	A	T	O	N	E
U	E	M	S	E	I	M	R	F	E	H	C
T	R	B	G	A	E	H	T	I	S	O	T
E	A	O	F	I	S	E	O	G	C	Z	I
A	U	L	X	A	M	C	I	O	E	D	D
I	T	A	T	V	H	K	E	O	A	I	A
O	T	L	T	V	S	G	O	I	A	B	A

ENCARTE ESPECIAL

RESPOSTA

Y	U	D	A	S	D	O	P	O	D	S	W
R	W	V	R	B	E	M	T	E	H	S	G
D	T	C	A	T	A	O	N	P	C	L	M
H	I	A	A	Ç	N	C	Ê	O	G	G	U
T	D	R	Ã	N	I	S	A	D	T	O	S
A	P	A	H	A	S	A	A	T	O	N	E
U	E	M	S	E	I	M	R	F	E	H	C
T	R	B	G	A	E	H	T	I	S	O	T
E	A	O	F	I	S	E	O	G	C	Z	I
A	U	L	X	A	M	C	I	O	E	D	D
I	T	A	T	V	H	K	E	O	A	I	A
O	T	L	T	V	S	G	O	I	A	B	A

Associação dos Celíacos do Brasil - ACELBRA/MG CNPJ: 02.267.017/0001-35

Demonstração do resultado do exercício de 2022

Receitas:

Contribuições e doações	4.130,00
Receitas financeiras	778,59
Total das receitas	4.908,59

Despesas:

Despesas operacionais	3.543,68
Despesas financeiras	1.280,10
Total das despesas	4.823,78

Superavit do exercício	84,81
-------------------------------	--------------

Belo Horizonte, 31 de dezembro de 2022

Contribua

Associados, amigos e parceiros, a contribuição bancária é essencial para darmos continuidade aos trabalhos exercidos pela Acelbra-MG.

www.acebramg.com.br



Agência: 3609-9
C/C nº: 9423-4

Chave Pix: 02267017000135



ELEIÇÃO E POSSE DA DIRETORIA ACELBRA-MG 2022/2024

No dia 19.11.2022, durante a reunião presencial com associados, foi eleita e tomou posse a diretoria da Associação 2022/2024. Na oportunidade, foram comemorados os 25 anos de trabalho da Acelbra Minas. A todos que conosco trabalharam, aos que permanecem, nosso agradecimento pela generosidade e participação.

Aos que chegam, sejam bem-vindos e desejamos um bom trabalho.
Aos parceiros e amigos, agradecemos a confiança!

Leia no Expediente os nomes e cargos dos novos membros.

FALE CONOSCO

Para esclarecer dúvidas, comunicar mudança de endereço, telefones ou e-mail, enviar sugestões ou reclamações, acesse:

Site: acebramg.com.br
E-mail: acebramg@hotmail.com
facebook.com/acebramg
Instagram: [@acebramg](https://instagram.com/acebramg)