

BOLETIM INFORMATIVO

Associação dos Celíacos do Brasil - Seção Minas Gerais

CNPJ: 02.267.017/0001-35

EDITORIAL

Chegamos em 2025 e com propostas de novas possibilidades, metas e sonhos a serem alcançados. Contudo, já temos boas novas: o convite para a reunião presencial (confira na agenda) e a aprovação do Projeto de Lei 934/2024, do Vereador Irlan Melo, no dia 17 de janeiro deste. Uma luta de tantos anos, que, transformada em lei, assegura o direito à dieta sem glúten para pessoas com doença celíaca internadas em hospitais. Agora, essa conquista traz a necessidade de ações e atividades para que a Lei seja implementada. Confira essa matéria em nossas redes sociais.

Acreditamos que cada ano novo é uma página em branco pronta para ser preenchida, com histórias de conquistas, superação, aprendizado e crescimento. Mas antes de avançarmos é importante olhar para trás e agradecer o caminho percorrido, lembrando que em 2024, enfrentamos desafios que nos fizeram ainda mais fortes na conexão do trabalho voluntário na Acelbra-MG. É bem verdade que não demos conta de tudo o que foi planejado, a eleição, por exemplo. Todavia, não desistimos e realizamos outros eventos que ampliaram ainda mais o conhecimento sobre a doença celíaca no estado.

Que possamos estar juntos em 2025, escrevendo capítulos transformadores da história da doença celíaca no Brasil. E, para isso, contamos com vocês diretoria, associados, familiares, parceiros, amigos, que poderão contar conosco também.

Nesta edição, leia sobre Edital de Convocação para eleições diretoria Acelbra-MG biênio 2025/2027, a matéria do dr. Fernando Valério, o II Seminário Internacional de Doenças Inflamatórias Intestinais, materiais para download e as saborosas receitas enviadas por Zita Cristina.

Desejamos uma boa leitura. Diretoria.

EDITAL DE CONVOCAÇÃO ASSOCIAÇÃO DOS CELÍACOS DO BRASIL - SEÇÃO MINAS GERAIS - ACELBRA-MG.

Assembleia Geral Extraordinária para Eleição e Posse da Diretoria Executiva, Conselho Consultivo e Conselho Fiscal – 14º Biênio – 2025/2027.

A presidente da Associação dos Celíacos do Brasil – Seção Minas Gerais - ACELBRA-MG, no uso de suas atribuições, convoca os associados para a Assembleia Geral Extraordinária, a realizar-se, conforme previsto no artigo 12 da Lei 14.010/2020, **na sala 22 da Faculdade de Medicina UFMG, av. Alfredo Balena, 190, Santa Efigênia, no dia 29 de março de 2025, às 14h30m**, em primeira convocação com a presença absoluta dos integrantes do quadro social e às 15h30m, em segunda convocação, com a presença de qualquer número de presentes, de acordo com o Capítulo III, Artigo 10º, Parágrafo 1º, do Estatuto Social, para deliberarem exclusivamente sobre a seguinte pauta: 1) Eleição e Posse da Nova Diretoria 2) Eleição e Posse do Conselho Fiscal 3) Eleição e Posse do Conselho Consultivo.

Belo Horizonte, 15 de fevereiro de 2025.
Ângela Pereira de Abreu Diniz. Presidente.

AGENDA

REUNIÃO PRESENCIAL Eleição e Posse da Diretoria ACELBRA-MG Biênio 2025/2027

Data: 29 de março de 2025 (sábado)

Horário: 14h30min

Local: Sala 22 - Faculdade de Medicina
da UFMG

Av. Alfredo Balena, 190 -
Santa Efigênia, BH

DOENÇA CELÍACA

É preciso ser MARIA!

**RESILIÊNCIA E
QUALIDADE DE VIDA**

@fernandovaleriomedico

A doença celíaca tem uma relação íntima com fatores emocionais, e esta “conta” é cobrada. Há demora no diagnóstico, consultas médicas improdutivas e falta de informações. No diagnóstico, saber que se trata de uma doença crônica, com morbidades associadas, traz um grande impacto emocional. E, quando se inicia a dieta, entende-se o quanto ela precisa ser rigorosa, todo o impacto social e pessoal, além da questão financeira.

São muitos desafios, várias questões, inúmeras dúvidas ainda não esclarecidas. Como diz a canção “Maria Maria”, “é preciso ter força, é preciso ter raça, é preciso ter gana SEMPRE!”. Pacientes e familiares de celíacos são guerreiros, travam uma dura luta diária contra um inimigo onipresente e só eles entendem o quanto este processo é difícil.

Qual o impacto da doença sobre a qualidade de vida?

Alguns estudos mostram que a doença está relacionada a questões como ansiedade, depressão, fadiga, alterações de humor, ambas decorrentes das complicações da doença e do enorme esforço para se aderir à dieta glúten free. Os grupos mais afetados são o sexo feminino, pacientes menores que 35 anos e os que persistem com sintomas. Um dado interessante é que relações maritais estáveis diminuem o impacto emocional, mostrando que o acolhimento e empatia são muito importantes!

Pesquisas (Itália, Argentina) mostraram melhora da qualidade de vida nos pacientes que seguiram a dieta, principalmente nos que apresentavam sintomas ao diagnóstico, e deterioração emocional nos que não aderiram à dieta. Por outro lado, estudo inglês mostrou que pacientes que aderiram à dieta podem ter menor sensação de bem estar emocional devido às restrições sociais que a dieta traz.

Mas, é preciso seguir em frente, é preciso RESILIÊNCIA, a capacidade de superar adversidades e continuar vivendo. Há alguns meses, uma pesquisa (Itália) mostrou que mais de 90% dos pacientes celíacos TÊM esta capacidade, melhorando diversos aspectos e parâmetros emocionais. A resiliência é uma habilidade que pode ser treinada e estimulada!

Estar ao lado dos pacientes, ter profissionais treinados para fazer intervenções emocionais corretas, mostrar carinho e respeito genuínos, são fundamentais!

Não basta ter exames de sangue e biópsias normais! É preciso estar atento e gerar condições para uma vida emocional saudável, segura e com qualidade.

Lembrem-se, a canção também diz que “é preciso ter manha, é preciso ter graça, é preciso ter SONHO SEMPRE”. Que todos nós, pacientes, familiares e profissionais, nos ajudemos, nos inspiremos e estejamos sempre nos apoiando.

Dr. Fernando Valério, Médico
Desordens relacionadas ao glúten e doenças digestivas funcionais.
Consultas presenciais e Telemedicina.
Contato: 11-988074484 (Cel e Whatsapp)

FIQUE LIGADO!

II Seminário Internacional de Doenças Inflamatórias Intestinais

Dias:

12,13, 14 e 15 de março

Local:

Centro de Ensino e Pesquisa
Albert Einstein -
Auditório Camilla Bueno,
Rua Comendador Elias Jafet, 755,
São Paulo – SP
CEP: 05653-000

ATENÇÃO

Código de desconto:

ACELBRA MG20OFF

(20% na inscrição para
associados/membros da
Acelbra-MG)

[Inscreva-se aqui!](#)

Patrocinador Platina



Patrocinador Ouro



Patrocinador Prata



Apoio Institucional



FIQUE LIGADO!

SUGESTÃO DE LEITURA e DOWNLOAD GRATUITO



Sala de aula com Criança Celíaca

Faça o download em nosso site:

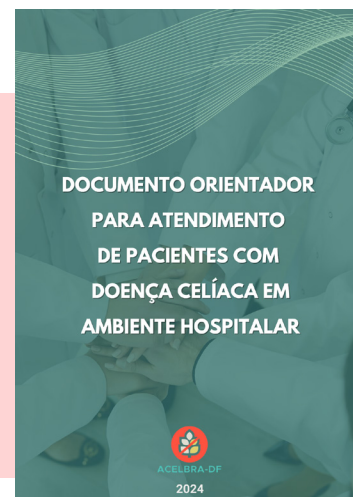
<https://acelbramg.com.br/2024/04/02/materiais-gratuitos/>

ACELBRA-DF lança:

Documento orientador para atendimentos de pacientes com doença celíaca em ambiente hospitalar

Faça o download em nosso site:

https://www.acelbramg.com.br/images/books/sala_de_aula_com_crianca_celiaca_2017.pdf



Leia sobre e vote em:

<https://www12.senado.leg.br/ecidada-nia/visualizacaoideia?id=198137>

BELO HORIZONTE



2

DIÁRIO OFICIAL DO MUNICÍPIO • DOM

Poder Executivo

SÁBADO, 18 DE JANEIRO DE 2025 • Nº 7.177

LEI Nº 11.820, DE 17 DE JANEIRO DE 2025.

Assegura o direito a dieta isenta de glúten a pessoa com doença celíaca internada em hospital localizado no Município.

Leia em detalhes:

<https://dom-web.pbh.gov.br/visualizacao/ato/454744>

RECEITAS

(por Zita Cristina)

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

Biscoito Assado de Polvilho (Montanha Russa)

Ingredientes

- 2 copos de polvilho (doce ou azedo)
- 2 dedos de água para completar
- 1 copo de óleo, menos 2 dedos para completar com água.
- 3 ovos
- Sal a gosto

Preparo

Coloque todos os ingredientes no liquidificador e bata até obter uma massa homogênea. Unte e polvilhe uma assadeira retangular. Despeje a massa na assadeira e leve ao forno preaquecido. Deixe assar até atingir uma cor. Pode ser usado como petisco.

Pavê de Ninho com Doce de Pêssego Sem Glúten

Ingredientes

- 1 lata de leite condensado
 - 1 lata de creme de leite
 - 300ml de leite
 - 1 colher de sopa de amido de milho sem glúten
 - 1 xícara de 200ml de leite em pó
 - 1 caixinha de biscoito tipo maisena sem glúten
 - 1 lata de doce de pêssego em calda – picar o doce.
- Reservar alguns pêssegos para a decoração (opcional).

Preparo

Coloque todos os ingredientes, exceto o doce de pêssego e os biscoitos, em uma panela e cozinhe em fogo baixo até engrossar. Deixe esfriar. Monte o pavê intercalando o creme, os biscoitos sem glúten (quebre-os para absorver melhor o creme) e o doce de pêssegos picados. Finalize com leite em pó e decore com o doce que reservou. Também pode colocar lascas de coco ou de chocolate sem glúten para decorar.

Você já se cadastrou na



Se você é celíaco e mora em Minas Gerais:

faça o cadastro pelo site da ACELBRA-MG (www.acebtramg.com.br) - no link CADASTRE-SE, preencha todos os campos com seus dados completos.

Se já for inscrito:

não se esqueça de atualizar seu e-mail e seus dados, caso tenha mudado.

CONTRIBUA

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

Agência: 3609-9
C/C nº: 9423-4



Chave Pix: 02267017000135

www.acebtramg.com.br

Doença Celíaca (DC):

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.

FALE CONOSCO

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

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