

BOLETIM INFORMATIVO

Associação dos Celíacos do Brasil - Seção Minas Gerais

CNPJ: 02.267.017/0001-35

EDITORIAL

Queridos associados, parceiros e amigos da Acelbra-MG.

É com muita alegria que compartilhamos mais uma edição do nosso boletim informativo.

Só neste primeiro semestre aconteceram vários eventos que trouxeram conhecimento, informações científicas e interação entre profissionais e a comunidade celíaca, sendo o primeiro a reunião de abril com os associados e três palestras bem interessantes, abordando os diversos aspectos da vida de um celíaco.

O segundo evento foi a Jornada do Maio Celíaco trazendo atualizações científicas sobre a doença celíaca e um impactante depoimento de uma associada. E no domingo, dia 17, fechando a Jornada, a tradicional Caminhada, uma manhã de lazer e descontração.

Já nos meses de junho e julho os Arraiás trouxeram um espaço de acolhimento, inclusão, diversão, comidas típicas e seguras.

Na nossa seção “Fique Ligado”, trazemos um panorama essencial sobre o que está acontecendo no Brasil e no mundo: desde alertas necessários, na grande mídia, sobre contaminação cruzada - como o caso recente da atriz Isis Valverde – até os seus direitos garantidos pelo novo [Protocolo Clínico da Doença Celíaca no SUS](#). Aproveitem para marcar na agenda as datas do Gluten Free Day 2026! Não deixe de conferir também em **Receitas** as delícias para cozinhar e fazer sucesso.

Boa leitura!

Diretoria

AGENDA

Reunião com Associados

Dia 29 de agosto, sábado
de 14h30 as 17h30

Local: Faculdade de Medicina da UFMG - sala 062
Av. Alfredo Balena, 190, Santa Efigênia/BH

Palestrantes convidadas

- ✓ Luciana Gandra, nutricionista
- ✓ Prof. Doutora Flávia Anastácio, pedagoga



Doença celíaca. Qual o impacto nos sintomas e produtividade?

A doença celíaca é complexa, com sintomas significantes e que comprometem várias habilidades, com muitos impactos.

O tratamento é a dieta sem glúten. E espera-se que com a aderência rigorosa à dieta, os pacientes fiquem melhores dos seus sintomas e “blindados” de algumas complicações.

Será?

Um trabalho realizado pela Universidade de Columbia (NY) avaliou 2036 pacientes que tinham excelente aderência à dieta. As conclusões mostraram que na doença celíaca, nem sempre é como esperamos!

- 85,7% tinham baixa energia
- 80,5%, dor física
- 76,6, distensão gástrica
- 62,6% relataram carga de sintomas moderados ou intensos
- 22,8 dias de falta ao trabalho ou escola nos pacientes com sintomas intensos.

Pois é, mesmo com a dieta rigorosa, a doença se manteve impactante, com sintomas presentes e perda substancial da produtividade. Isso mostra que precisamos estar sempre atentos a estes pacientes e buscando entender cada vez mais a doença, em todos os seus aspectos.

O pós-diagnóstico é tão desafiador quanto o pré!

Estudos anteriores já mostravam que as faltas (absenteísmo) e redução de produtividade (presenteísmo) eram relevantes antes do diagnóstico da doença, com enormes consequências pessoais e sociais. No entanto, esperava-se uma melhora significativa deste quadro após o início da dieta. Não é o que o estudo atual mostrou.

A dieta não foi suficiente na maioria dos casos!

Sabemos que pelo menos 30% dos pacientes são considerados não-responsivos. Ou seja, mesmo com a dieta e exames já normalizados, mantêm sintomas. Além dos sintomas, sofrem com sobrecarga financeira que a doença gera, exclusões sociais, alterações nutricionais e metabólicas, persistência de doenças associadas em alguns casos, mesmo após o diagnóstico.

Precisamos considerar e entender que os celíacos precisam viver mundo real, com a plenitude da sua capacidade. De acordo com estes dados, apesar do esforço rigoroso, muitos celíacos carregam um peso muito maior e não respondem tão bem à dieta!

Profissionais devem ser tecnicamente habilitados, sempre. Mas, muito mais comprometidos, empáticos e envolvidos com a causa celíaca. Esta comunidade precisa e exige este comprometimento.



Jornada Maio Celíaco 2026

O primeiro evento da Jornada foi um Simpósio com o tema: “Pode ser Doença Celíaca”, que aconteceu no auditório do Conselho Regional de Medicina. A abertura foi feita pelo presidente da Federação de Gastroenterologia do Brasil, dr. Áureo Delgado. O Simpósio contou com a presença de palestrantes renomados que abordaram sobre o diagnóstico e atualizações, acolhimento, o tratamento, adesão à dieta, complicações, rotulagem/legislação, rigor científico e o emocionante relato de uma associada de Belo Horizonte. O lanche servido no intervalo foi patrocinado pela Acelbra Minas e empresas parceiras. Encerrando o Simpósio os palestrantes receberam uma caixa-presente, cuidadosamente preparada por Estrellita Café. O Simpósio foi organizado pela Federação Brasileira de Gastroenterologia (FBG) e apoio do Instituto Brasileiro para Estudo da Doença Celíaca (IBREDOC), da Associação Mineira de Gastroenterologia, (AMG), do Conselho Regional de Medicina (CRM) e da Associação dos Celíacos do Brasil - Seção Minas Gerais (Acelbra-MG) e equipe de voluntários associados.

O segundo evento foi a tradicional Caminhada que ocorreu no dia 17, na Praça Duque de Caxias, bairro Santa Tereza. Na oportunidade, tivemos a honra de receber o dr. Áureo Delgado, que fez a abertura do evento e distribuiu as lindas camisas verdes com a logomarca Maio Celíaco. Túlio, preparador físico, coordenou as atividades. Os celíacos participantes realizaram uma roda de conversa com alunos do curso de medicina sobre diagnóstico e tratamento da doença celíaca. Encerramos a Jornada com a entrega de brindes e uma linda foto de todos na escadaria do co-reto.

Organizadores: FBG, Acelbra-MG. Apoiadores: @seleve_seleve; @feitoporelas.bh; @offgluten; @schar_br; @espacofinodecoracao; @contabilidadeconfianca; @estrellitacafebr.

Arraiás com comidas sem glúten em Belo Horizonte

Celebrando a nossa cultura e tradição, os Arraiás sem glúten fizeram a alegria, a inclusão de celíacos e de quem mais participou. Tinha música ao vivo, linda decoração, brincadeiras, quadrilha e, o mais importante, as deliciosas comidas típicas seguras e sem glúten.

Parabenizamos organizadores e apoiadores.

@Seleve, Espaço Salomé, @Feito por Elas.

ACONTECEU

**“Sua Saúde começa pela segurança dos alimentos”**

Leia atentamente os rótulos e a lista de ingredientes de todos os produtos que for comprar ou consumir.

Geleia de Manga

por Ângela Diniz

Ingredientes

- ✓ 2 mangas maduras, descascadas e picadas em cubos
- ✓ 1 xícara (café) de açúcar cristal
- ✓ 4 colheres (sopa) de água
- ✓ Suco de 1 limão
- ✓ Canela em pau, cravos-da-índia

Preparo

Levar ao fogo, uma panela de fundo grosso com as mangas, o açúcar, a canela em pau e os cravos. Mexer até cozinhar bem a fruta. Acrescente a água e depois o suco de limão. Deixar ferver mais um pouco. Desligar, esperar esfriar e passar pelo mixer até ficar em textura de geleia. Conservar em vidro tampado, em geladeira. Sirva com fatias de pão, torradas sem glúten, iogurte ou salada de frutas. Ótima para acompanhar queijos.

Biscoito de Banana

por @professoramarilene

Ingredientes

- ✓ 2 bananas maduras
- ✓ 1 xícara (chá) de coco ralado
- ✓ 1 colherinha (café) de canela em pó

Preparo

Em uma tigela, misturar a banana amassada aos outros ingredientes. Formar disquinhos e coloca-los em tabuleiro untado com óleo, levar para assar em forno preaquecido, até corar.

RECEITAS

Programe-se: Gluten Free Day 2026!

“O maior festival de gastronomia sem glúten do Brasil já tem data para acontecer. O GFDay 2026 será realizado nos dias 5 e 6 de setembro. O evento contará com feira de produtos, degustações de marcas seguras e palestras com grandes chefs da culinária inclusiva. Saiba mais: <https://glutenfreeday.com.br/>”

Alerta de Celebridade: O Caso Isis Valverde

“Recentemente, a atriz Isis Valverde gerou uma grande onda de conscientização na internet após compartilhar que precisou ser internada devido a complicações da doença celíaca. O caso serviu de alerta nacional sobre a gravidade da contaminação cruzada e reforçou a importância de restaurantes e hotéis estarem devidamente preparados para receber o público celíaco com segurança.”

Seus Direitos: Novo Protocolo no SUS está Valendo

“Lembramos a todos os associados que o novo [Protocolo Clínico da Doença Celíaca](#) já está em vigor em todo o Brasil. Esse documento garante de forma oficial que os postos de saúde e hospitais públicos sigam regras mais modernas para o diagnóstico e o acompanhamento de exames dos pacientes celíacos. Faça valer o seu direito!”

Leitura

“Educação celíaca: Acolhimento, inclusão e atendimento das necessidades alimentares especiais nas escolas.”

Flávia Anastácio de Paula

<https://loja.editoracrv.com.br/produtos/36855/>



FLOQUE LIGADO

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 (CNPJ):
02267017000135

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

EXPEDIENTE

Presidente: Ângela Pereira de Abreu Diniz; Vice-presidente: Ramon Abreu do Prado; 1º Tesoureiro: Jorge Diniz; 2º Tesoureiro: Zita Cristina de Paiva; Diretor Social: Denise Veloso Gonçalves Godinho; Diretor de divulgação: Juliana Márcia Rezende Calado; 1º Secretário: Maria Antônia Alves Benfica; 2º secretário: Laila Silva Rodrigues Pena; Conselho Fiscal: Ronan de Souza Silva Júnior; Conselho consultivo: Dra. Patrícia Fernandes Veloso e Dra. Aline Moreira de Lima. Revisora de textos: Luciara Lourdes Silva de Assis Oliveira; Designer: Ana Carolina Rezende Soares. **Comitê Consultivo:** Pedro Henrique Cunha (médico), Gláucia Hübner e Luciana Gandra (nutricionistas). **Braços de Trabalho:** Araxá (Zita Cristina); Belo Horizonte (Ângela - Acelbra-MG); Belo Vale (Bruna Rezende); Boa Esperança (Tânia Amaral); Contagem (Amanda Melo - nutricionista e Natália Guedes-ref. Alimentação Escolar); Divinópolis (Fran Matias); Juiz de Fora (Kethleen Formigon), Lagoa Santa (Gláucia Hübner); Mariana (Aline Moreira); Montes Claros (Denise Godinho); Nova Lima (Kariny Rodrigues); Ouro Branco (Edvane); Poços de Caldas (Camila Lyanne); Sabará (Eliane Magalhães); Sete Lagoas (Ronan Júnior); Viçosa (Margarida Silva); Ubá (Patrícia Flores); Uberlândia (Amanda Brilhante).