



Emília e a Turma  
do Sítio em

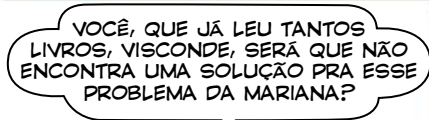
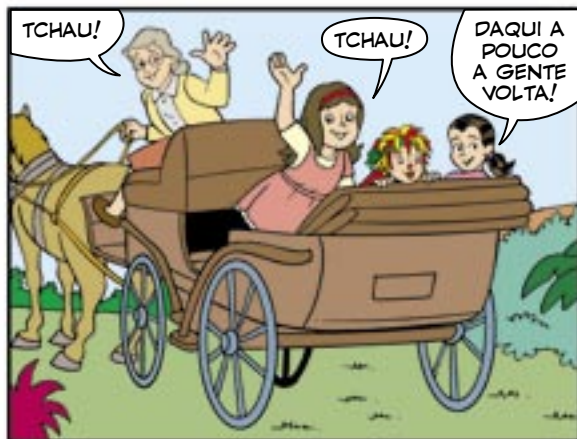
# UMA CONVIDADA ESPECIAL















HUM... ACHO QUE JÁ ENCONTREI UMAS BOAS RECEITAS PARA FAZER COMIDA PARA A MARIANA!

CADÊ O TIO BARNABÉ?

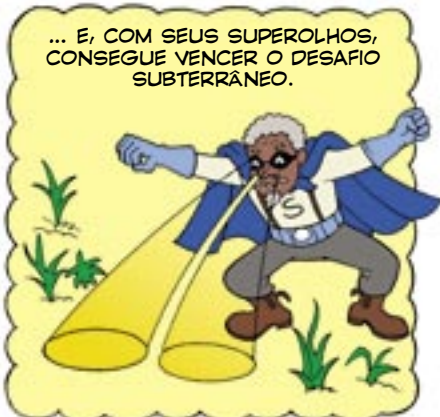


SUPERTIO VOA SOBRE O PAÍS QUANDO SUA SUPERAUDIÇÃO CAPTA UM PEDIDO DE AJUDA.

ELE PRECISA USAR A FORÇA DE SEUS SUPERPUNHOS PARA DESARMAR O GIGANTE VERDE...



... E, COM SEUS SUPEROLHOS, CONSEGUE VENCER O DESAFIO SUBTERRÂNEO.



É! TIO BARNABÉ...

ESSAS ESPIGAS DE MILHO QUE O SENHOR COLHEU ESTÃO ÓTIMAS! E AS MANDIOCAS, ENTÃO? ESTÃO NO PONTO!



ATÉ PARECE QUE O SENHOR TEM VISÃO DE RAIO-X!

MISSÃO CUMPRIDA!





E ENTÃO, VISCONDES? O QUE É QUE A MARIANA TEM?

UM PROBLEMA DE SAÚDE CHAMADO "DOENÇA CELÍACA"!



UAU!

SE ELA SE ALIMENTAR DE PRODUTOS COM GLÚTEN, PODE PERDER PESO, TER DIARRÉIA OU INTESTINO PRESO, ATRASO NO CRESCIMENTO, FALTA DE APETITE, CANSAÇO OU IRRITAÇÃO... SÃO MUITOS OS SINTOMAS!



O DIFÍCIL É QUE OS SINTOMAS PODEM NÃO APARECER. DE TODO JEITO, SE NÃO FOR TRATADA, A DOENÇA PODE PROVOCAR ANEMIA, CÂNCER DO INTESTINO, OSTEOPOROSE, DESNUTRIÇÃO, INFERTILIDADE E ABORTOS!



OS SINTOMAS PODEM NÃO APARECER?

É! NORMALMENTE, A DOENÇA CELÍACA É NOTADA QUANDO A PESSOA É CRIANÇA, COMO A MARIANA...



...MAS PODE SER DESCOBERTA EM QUALQUER IDADE. QUEM APRESENTA OS SINTOMAS PRECISA FAZER UM TESTE PARA DIAGNOSTICAR SE REALMENTE É CELÍACO. SE O TESTE FOR POSITIVO, TODOS OS PARENTES DO CELÍACO PRECISAM FAZER O TESTE, MESMO OS SEM SINTOMAS.



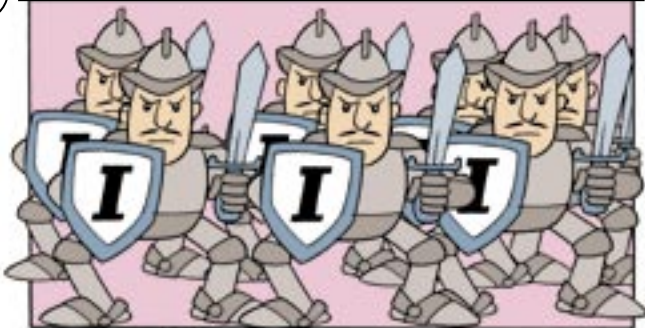
SE NÃO TEM SINTOMA, FAZER PRA QUÊ?

ELES PODEM NÃO TER SINTOMAS E SER CELÍACOS. PODEM DESENVOLVER COMPLICAÇÕES IGUAIS AOS OUTROS COM SINTOMAS!

PUXA! E O QUE CAUSA ESSA DOENÇA? UM MICROORGANISMO?



NÃO! TODOS NÓS TEMOS UM SISTEMA IMUNOLÓGICO. SÃO CÉLULAS QUE NOS DEFENDEM DE MICROORGANISMOS E OUTROS CAUSADORES DE DOENÇAS!



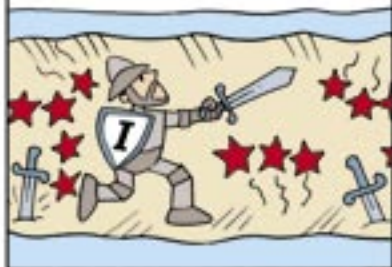
NORMALMENTE, O SISTEMA IMUNOLÓGICO ATACA E DESTRÓI TUDO QUE ENTRA NO CORPO PARA NOS FAZER MAL ...



MAS, ÀS VEZES, ELE ATACA SUBSTÂNCIAS INOFENSIVAS, COMO O GLÚTEN, CAUSANDO UM REBULIÇÃO NO ORGANISMO!



NO CASO DA DOENÇA CELÍACA, O EFEITO É IRRITAR AS PAREDES DO INTÉSTINO, PREJUDICANDO O TRABALHO DELE, QUE SERIA ABSORVER OS NUTRIENTES.



QUE DOENÇA ESTRANHA! DEVE SER MUITO RARA!



EU LI QUE É MAIS COMUM DO QUE A GENTE PENSA!





E NA CAVERNA DA CUCA...

QUÊ?!

EU VIM EM  
MISSÃO DE  
PAZ!

TÁ MUITO  
ABUSADO, HEIN,  
GAROTO?

Ê... BOM... Ã...  
TENHO UM  
PEDIDO A FAZER  
PRA... PRA  
SENHORA!

NÃO  
BRINCA!  
ADORARIA  
OUVIR...

EU DESCOBRI QUE UMA  
AMIGA MINHA, CHAMADA  
MARIANA, TEM DOENÇA  
CELÍACA, AQUELA DE  
QUEM NÃO PODE  
COMER GLÚTEN...

SERÁ QUE A SENHORA PODE  
USAR SUAS MÁGICAS E CURAR  
A DOENÇA DA MARIANA? ASSIM,  
A VIDA DELA FICAVA MAIS FÁCIL!  
EM TROCA DESSE FAVOR...

EU LHE DOU MEU  
SOM NOVINHO!

NÃO, OBRIGADA! EU  
PREFIRO OUVIR MINHA  
CAIXINHA DE GRILOS E  
CIGARRAS ESCRAVOS!  
ALÉM DISSO...

...TENHO OUTROS  
PLANOS PRA VOCÊS!  
HÊ, HÊ, HÊ, HÊ!







DE VOLTA AO SÍTIO...

QUE PENA, MARIANA... EU TINHA TUDO PLANEJADO... IA FAZER UNS BOLINHOS DE FUBÁ, OUTROS DE FARINHA DE MANDIOCA... ARRUMEI MANDIOCA MACIA, NO PONTO... COZINHEI... AÍ MANDEI TIO BARNABÉ MOER NO PILÃO...

...MAS EU LEMBREI QUE NÃO PODIA FAZER FARINHA ESPECIAL PRA VOCÊ NO MESMO PILÃO QUE A GENTE USA PARA O TRIGO! O PILÃO ESTÁ SUJO DE FARINHA!

NÃO TEM PROBLEMA! PODE MOER A MANDIOCA NOUTRO LUGAR, COM UM ROLO!

ROLO?

QUE ROLO?

NÃO É QUE ESTÁ FUNCIONANDO, GENTE?

HUM... MAL POSSO ESPERAR PELOS BOLINHOS!

AAAII... UUUU!...

PRA ELA, O QUE MAIS DÓI É FAZER O BEM!

FIM

# O que é a doença celíaca?



Algumas pessoas não podem ser picadas por abelha, que logo ficam com a pele toda cheia de bolhas. Outras, não podem entrar em contato com poeira, que ficam com o nariz todo entupido e não conseguem parar de espirrar. Esses problemas todos são alergias. Você tem alguma?

Com os portadores da doença celíaca acontece uma coisa muito parecida. Eles não podem comer nenhum alimento que contenha glúten, pois o corpo reage contra essa substância de várias maneiras nocivas. A doença celíaca é uma intolerância permanente ao glúten.





Quando um celíaco (é assim que chamamos os portadores dessa doença) come esse tipo de alimento, o intestino reage contra a presença do glúten diminuindo muito a absorção dos nutrientes. Normalmente, o intestino "chupa" do bolo alimentar tudo o que faz bem para o organismo. Mas, na doença celíaca, o intestino "trava" e não quer saber de trabalhar, como se precisasse se defender do glúten.



O resultado é muito ruim. A pessoa perde peso, fica cansada, irritada e subnutrida. Quando é um bebê, costuma ter muita diarreia e fica com anemia, além de dor de barriga. Em adultos, os sintomas podem ser esses e também prisão de ventre e vômitos.





Como esses sintomas podem ser sinal de vários males, é preciso fazer exames médicos para ter certeza de que a pessoa tem doença celíaca. Existem pacientes que apresentam poucos sintomas e, se não fossem os exames,

nem saberiam que têm a doença. Os médicos costumam examinar todos os familiares de um celíaco para descobrir quem mais, na família, tem a doença. A chance é de 10%.



O tratamento é um só: nunca comer alimentos que contêm glúten. Nem um pouquinho. Seguindo essa dieta, o celíaco tem vida absolutamente normal.



**Mas precisa da colaboração de todos. Muitas vezes, o glúten entra "escondido" na composição de alguns produtos, inclusive cremes e sabonetes, que a gente não come, mas usa na pele. Se o celíaco usa um produto desses, pode ficar com a pele toda cheia de bolhas.**



**Portanto, os fabricantes são obrigados a escrever na embalagem e nas propagandas de seus produtos se ele contém ou não contém glúten. Essa é a lei. O celíaco tem o direito de ser informado corretamente antes de comprar qualquer produto.**

Emília e a Turma  
do Sítio em

# A SEGUNDA CESTA NO DOMINGO



E COMO VAI A NOSSA "AMIGA",  
A CUCA, HEIN, PEDRINHO?





NO DIA SEGUINTE...

ACORDA, SEU GALO, QUE JÁ É DOMINGO, O DIA DO PIQUENIQUE!



COMO VAI SER O LANCHE? A SENHORA LEMBRA QUE A MARIANA NÃO PODE COMER GLÚTEN, NÃO LEMBRA?



CLARO! ELA TEM A DOENÇA CELÍACA! POR ISSO, FIZ DUAS CESTAS DE PIQUENIQUE!



UMA SÓ PARA A MARIANA...

...E OUTRA PARA TODOS OS OUTROS!



E! OLHA ESSA "PROTEÇÃO"!

NÃO É PROTEÇÃO, RABICÓ! É UMA COISA NECESSÁRIA! OS ALIMENTOS COM GLÚTEN SÃO MUITO PERIGOSOS PARA OS CELÍACOS! NÃO PODEM SE MISTURAR COM OS ALIMENTOS QUE A MARIANA VAI COMER!



PUXA, TIA NASTÁCIA! QUE DOENÇA EU PRECISO TER PRA SENHORA FAZER UMA CESTA DE PIQUENIQUE SÓ PRA MIM?

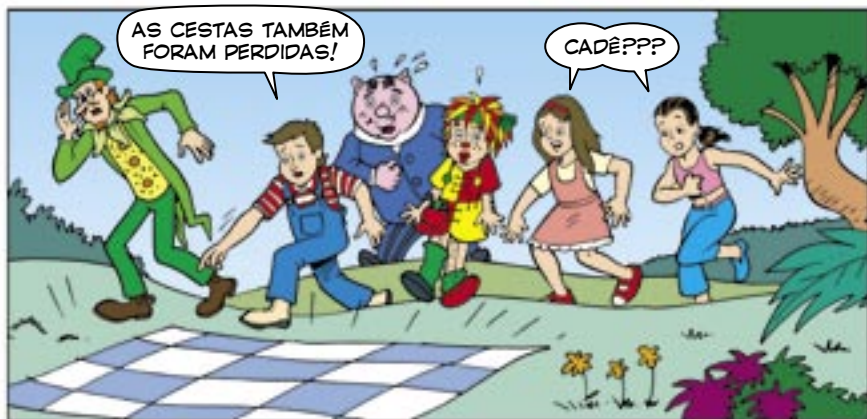
FALTA DE APETITE!







ASSIM...







"O JABUTI ENTROU NA MATA FECHADA E FOI ENCONTRADO PELO SACI. O SACI RECONHECEU A CESTA..."



"...E FOI ENTREGAR AO TIO BARNABÉ. NÃO ENCONTROU O TIO, MAS DEIXOU A CESTA NA JANELA!"



"COMO O TIO BARNABÉ NÃO ACREDITA EM PAPAI NOEL, DEVE ESTAR, ATÉ AGORA SE PERGUNTANDO QUEM DEIXOU ESSE PRESENTE PRA ELE!"



NÃO ESTOU, NÃO! PERGUNTEI À TIA NASTÁCIA E ELA ME PEDIU PRA DEVOLVER A CESTA PRA VOCÊS!



DEMORA, EMÍLIA... COMO VOCÊ DESCOBRIU ISSO TUDO?

TÁ MELHOR DO QUE O SHERLOCK HOLMES!

VOCÊ DEDUZIU ESSA HISTÓRIA TODA SÓ COM A LÓGICA?

TOLINHOS...



EU SÓ BOTEI OS MEUS BESOUROS, UM EM CIMA DE CADA CESTA, POR SEGURANÇA! ELES ME CONTARAM TUDO!







