



AVENTURAS
COM BARRIGAS FELIZES



O BANDO DOS CELÍACOS



APC

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE CELÍACOS





PEDRO



ALICE



JOÃO



MARIA

SÃO O BANDO DOS CELÍACOS

E TÊM BARRIGAS FELIZES

**ANTES DE SE TEREM
CONHECIDO,
TODOS TINHAM UMAS
BARRIGAS TRISTES**

QUANDO COMIAM ALGUNS ALIMENTOS,
SENTIAM COISAS ESTRANHAS NA BARRIGA
E SENTIAM-SE MUITO MAL



O JOÃO

FAZIA UM COCÔ
MUITO MALCHEIROSO



A ALICE

ESTAVA DEMASIADO CANSADA
PARA BRINCAR COM OS SEUS AMIGOS



A MARIA

FICOU MUITO MAGRA

POR ISSO, CADA UM DELES FOI VISITAR O SEU MÉDICO

O MÉDICO DA ALICE ERA TÃO INTELIGENTE QUE SOUBE
LOGO O QUE SE PASSAVA COM A BARRIGA,
APENAS AO OLHAR PARA UM BOCADINHO DO SEU SANGUE



A MÉDICA DO PEDRO EXPLICOU-LHE QUE UMA PARTE DA SUA BARRIGA, QUE SE CHAMA INTESTINO DELGADO, NÃO GOSTA DE ALGUNS ALIMENTOS

MOSTROU-LHE UMA IMAGEM DO INTERIOR DA BARRIGA E O QUE ACONTECE QUANDO COME ALGUNS ALIMENTOS



INTESTINO DELGADO

O BANDO DOS CELÍACOS DESCOBRIU
QUE ALGO QUE SE CHAMA

GLÚTEN

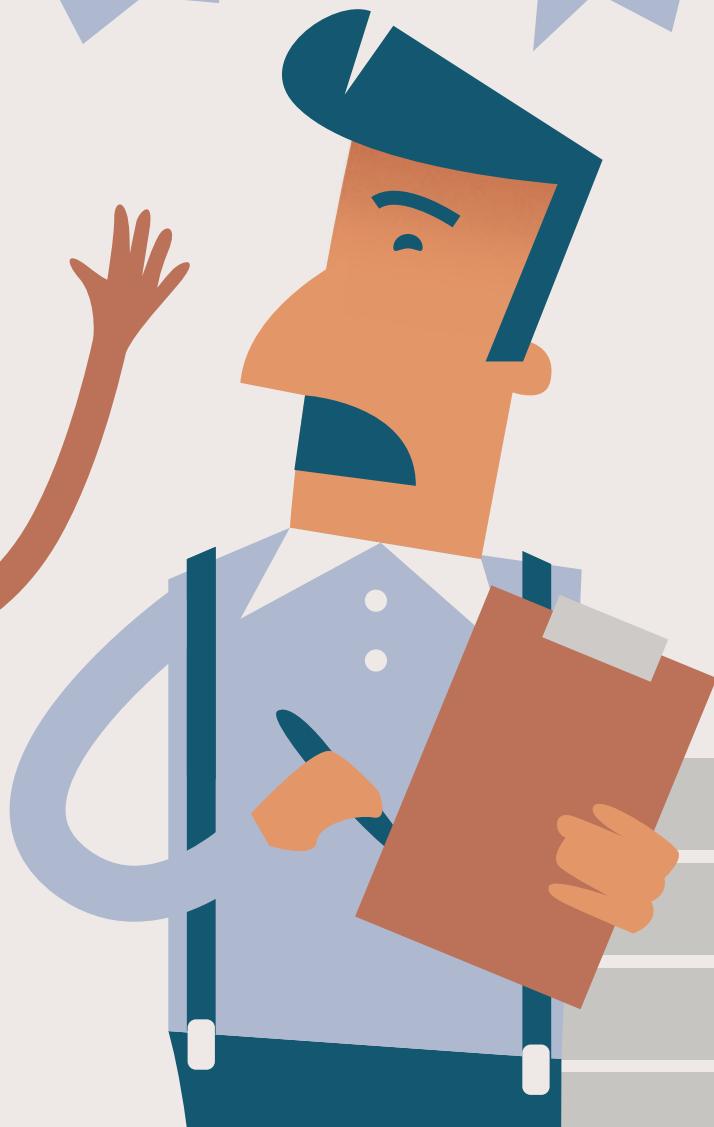
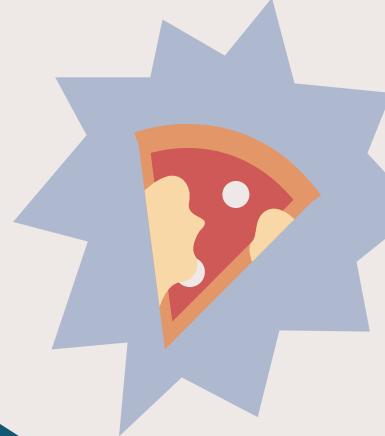
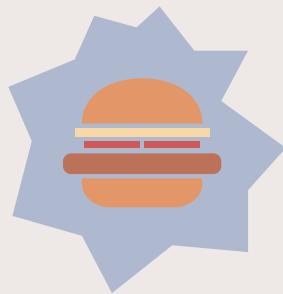
ESTAVA A DEIXAR
AS SUAS BARRIGAS
TRISTES



QUANDO O GLÚTEN CHEGA À BARRIGA, IRRITA
O SISTEMA IMUNITÁRIO, QUE REAGE
MAGOANDO O REVESTIMENTO DO INTESTINO DELGADO

A MARIA VISITOU UMA PESSOA
QUE PERCEBE MUITO DE COMIDA
E DO QUE ACONTECE A PESSOAS
QUE TÊM UMA BARRIGA
COMO A SUA

E DESCOBRIU O QUE PODE COMER
E O QUE A FAZ SENTIR-SE MAL



O GLÚTEN ENCONTRA-SE EM ALIMENTOS

COMO O PÃO, A MASSA, OS BOLOS E AS BOLACHAS.
TAMBÉM PODE ESTAR ESCONDIDO NOUTROS PRODUTOS
COMO AS SALSICHAS E AS SOPAS.



O JOÃO TORNOU-SE NUM ESPECIALISTA EM LER RÓTULOS PARA CONTROLAR SE HÁ GLÚTEN

**O BANDO DOS CELÍACOS
COME MUITAS COISAS
E NUNCA PASSA FOME**



OOOH!

EXISTEM MUITOS ALIMENTOS ESPECIAIS FEITOS SEM GLÚTEN
A ALICE PODE SABOREAR A SUA PIZZA PREFERIDA
PORQUE PODE SER FEITA SEM GLÚTEN.

O PEDRO, A ALICE, O JOÃO E A MARIA CONHECERAM-SE QUANDO PROCURAVAM MAIS INFORMAÇÕES SOBRE AS SUAS BARRIGAS. APRENDERAM QUE MUITAS CRIANÇAS (E ADULTOS) TÊM BARRIGAS COMO AS SUAS.

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE CELÍACOS



DESCOBRIRAM QUE TÊM ALGO EM COMUM CHAMADO DOENÇA CELÍACA.

O BANDO DOS CELÍACOS

VAI A MUITAS FESTAS E LEVA
A SUA PRÓPRIA COMIDA

ASSIM, NÃO TÊM DE COMER OS ALIMENTOS QUE HÁ NA FESTA E QUE LHEM PODEM FAZER MAL
E PODERÃO DESFRUTAR DOS JOGOS E DA FESTA.



AVENTURAS
COM BARRIGAS FELIZES



O BANDO DOS CELÍACOS

A MARIA, O JOÃO, A ALICE E O PEDRO
E COMO AS SUAS BARRIGAS FICARAM FELIZES

Com a colaboração



APC

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE CELÍACOS



MERCADONA

SUPERMERCADOS DE CONFIANÇA

Esta informação é meramente indicativa e não pode substituir o aconselhamento médico

Propriedade intelectual: Coeliak UK / Direitos de imagem e adaptação: SMAP-Celíacs de Catalunya | Ilustração e desenho: Rude Studio