



## EDITORIAL

A cada novo ano sempre fazemos planos de mudanças no trabalho, na vida em família, na melhoria da saúde, entre outras propostas. Tudo isso é muito bom e necessário. Mesmo que não consigamos realizar o que planejamos, o importante é tentar.

Tomamos emprestadas as palavras dos nossos poetas:

“Não importa onde você parou...

em que momento da vida você cansou...

o que importa é que sempre é possível e necessário

“RECOMEÇAR”.

(Carlos Drummond de Andrade)

“Mas, comece devagar, porque a direção é mais importante que a velocidade”.

(Clarice Lispector)

## Diretoria

“Não retire o glúten da sua alimentação sem o diagnóstico de doença celíaca.”

## DOENÇA CELÍACA

A doença celíaca (DC) é uma doença do intestino delgado, caracterizada pela intolerância permanente ao glúten. Atualmente, o único tratamento é a dieta isenta de glúten.

Glúten: principal proteína presente no trigo, aveia, cevada, centeio e todos os seus derivados.

## AGENDE E PARTICIPE

### 1) Reunião com associados da Acelbra-MG

Dia 13 DE ABRIL, SÁBADO, ÀS 14H30 NA FACULDADE DE MEDICINA DA UFMG, NA AV. ALFREDO BALENA, 190 - SANTA EFIGÊNIA – BH.

Mais informações, matéria ao lado.

### 2) Caminhada do Dia Internacional dos Celíacos

Dia 19 de maio, domingo, às 8h30, no Parque Municipal de Belo Horizonte - Av. dos Andradas, Centro – concentração na Praça do Trenzinho - perto da região dos brinquedos.

[www.exposemgluten.com.br](http://www.exposemgluten.com.br)

## CRUZEIRO NO BRASIL

O Grupo Viva sem Glúten, do Facebook, se organizou e vai realizar um cruzeiro de 12 a 15 de dezembro de 2013. O navio é italiano e a alimentação sem glúten tem a certificação da Associação Italiana de Celíacos e da Fenacelbra.

Mais informações: (21) 2414-7025

[www.facebook.com/GrupoGlutenFreeMSCcruzeiros2013](http://www.facebook.com/GrupoGlutenFreeMSCcruzeiros2013)

## LIVROS

1) SABOR SEM GLÚTEN  
DENISE GODINHO - ED. LIVRO NOVO  
[pedidos@editorialivronovo.com.br](mailto:pedidos@editorialivronovo.com.br)

2) BEM COMER BEM VIVER  
MARTHA LILIAN LAGAZZI BAGGIO  
[www.bemcomervemviver.com.br](http://www.bemcomervemviver.com.br)

3) SABORES DA COZINHA SEM GLÚTEN  
JOSY GOMES - ACELBRA-RJ  
[www.riosemgluten.com.br](http://www.riosemgluten.com.br)

## REUNIÃO COM ASSOCIADOS DA ACELBRA-MG

A reunião será no dia 13 de abril, na Faculdade de Medicina da UFMG, com a seguinte pauta:

- > Acolhida
- > Apresentação dos parceiros da Acelbra-MG

- > Análise sensorial de produtos sem glúten, coordenada pelas professoras Caroline Liboero Paiva e Maria Aparecida Garcia - UFMG - em parceria com a Embrapa Milho e Sorgo.

- > Próxima reunião, informes, brindes
- > Lanche de confraternização.

**Se puder, traga um prato de doce ou de sal, sem glúten, para o lanche. Sua presença nos dará grande prazer.**

## MASSINHA DE MODELAR SEM GLÚTEN

A empresa Long Jump tem massinha de modelar para crianças, sem adição de trigo.

O nome da massinha é **Moon Dough** e pode ser encontrada em lojas de brinquedos.

[www.longjump.com.br](http://www.longjump.com.br)



## FALE CONOSCO

Para esclarecer dúvidas, mudança de endereço ou telefone, enviar sugestões ou receitas sem glúten:  
E-mail: [acebramg@hotmail.com](mailto:acebramg@hotmail.com)

Ângela Diniz (31) 3421-9768  
Rua Dr. Furtado de Menezes, 342  
Bairro Ipiranga  
CEP: 31160.170 - BH/MG

Vilma Prado (31) 3461-7070  
Dra. Magda Bahia (31) 9982-0166



## Conta Bancária Para Contribuições

**Banco do Brasil S/A**  
Agência: 3609-9  
C/C Nº. 9423-4



# RECEITA SEM GLÚTEN

## BOLO DE MILHO VERDE



### INGREDIENTES

3 espigas de milho

1 copo (americano) de leite

1 copo (americano) de açúcar cristal

1 copo (americano) de óleo

3 ovos

1 colher (sopa) de fubá

1 colher (sopa) de fermento químico em pó

1 pitada de sal

200g de queijo minas frescal ralado

### PREPARO

Descascar as espigas e, com uma escova, limpar cada uma e retirar os grãos com uma faca. Batê-los no liquidificador com o leite, o açúcar, o óleo, os ovos, o fubá e o sal. Pôr o queijo e misturar. Pôr o fermento e misturar delicadamente com um garfo ou espátula. Despejar a massa em um tabuleiro não muito grande (aproximadamente 20 cm), untado. Assar em forno médio 30 a 40 minutos.

*Receita fornecida por Jane Barbosa e Maria do Carmo Duarte, de Lagoa da Prata*

*Sabores de Minas – Roteiros Gastronômicos  
n° 95 - 09/2012*

## Ministério da Saúde e Doença Celíaca

O Ministério da Saúde aprovou a criação de um Comitê Intersetorial de Atenção Integral às Pessoas Celíacas, composto por representantes dos diversos Ministérios, Conselhos, Secretarias, Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), Segurança Alimentar, representantes indicados pela Federação Nacional de Associações de Celíacos do Brasil (Fenacelbra) e outros.

O objetivo desse Comitê será elaborar, planejar, monitorar e avaliar a “Política Intersetorial de Atenção Integral para Pessoas Celíacas”.

Segundo a prevalência nacional, 1 milhão de brasileiros têm a doença celíaca.

As representantes da Fenacelbra, junto ao Conselho Nacional de Saúde, fizeram um excelente trabalho ao defender a criação do referido Comitê.

A Resolução foi publicada no dia 18 de dezembro de 2012, assinada pelo Ministro de Estado da Saúde, Sr. Alexandre Rocha Santos Padilha.

## Parabéns à Fenacelbra por mais esta conquista!



## LOJAS E RESTAURANTES COM OPÇÕES SEM GLÚTEN

1) Saluteria - BH

Rua Felipe dos Santos, 488 - Loja 1 - Lourdes  
(31) 3275-1133 - [www.saluteria.com.br](http://www.saluteria.com.br)

2) Restaurante Maurizio Gallo - (31) 2555-5432  
Avenida Nossa Senhora do Carmo, 860 - Sion  
[www.restaurantemauriziogallo.com.br](http://www.restaurantemauriziogallo.com.br)

3) Verdemar Supermercado & Padaria  
Av. Nossa Senhora do Carmo, 1900 - Sion  
(31) 2105-0101 - [www.superverdemar.com.br](http://www.superverdemar.com.br)

4) Pranic Gourmet  
R. Penafiel, 352 - Anchieta  
(31) 3284-0938 - [pranicgourmet.blogspot.com/](http://pranicgourmet.blogspot.com/)

5) Integral Delí - [www.integraldeli.com.br](http://www.integraldeli.com.br)  
SAC.: (11) 3449-9050

6) Delícias de Lá – Ateliê de bolos – Em Uberlândia [www.facebook.com/ddeliciasdela](http://www.facebook.com/ddeliciasdela)  
Rua General Osório, 168, loja 01 - Fundinho

7) Loja Espaço Bem Viver - (34) 9131-1906  
Av. Imbiara, 1522 – loja 3 - Araxá /MG

8) Via Nutri  
Av. Bernardo Monteiro, 1020 - Santa Efigênia  
(31) 3786-3533

9) Empório Nutri  
Rua Fernandes Tourinho, 363 - Savassi  
Avenida Antônio Abrahão Caram, 614 - Pampulha  
(31) 2552-2626 - [emporionutri.com.br](http://emporionutri.com.br)

10) BH Sem Glúten  
(31) 2552-1015  
[www.bhsemgluten.com.br/](http://www.bhsemgluten.com.br/)  
[cac@bhsemgluten.com.br](mailto:cac@bhsemgluten.com.br)

11) Brasil Zero Glúten  
Av. Dona Senhorinha, 128 - Loja 11 - Boa Vista  
(31) 3485-2400 - [www.brazilzerogluten.com.br](http://www.brazilzerogluten.com.br)

12) FITO Produtos Orgânicos  
Av. do Contorno, 6975 - Santo Antônio  
(31) 3296-1934 - [www.fitoalimentos.com.br](http://www.fitoalimentos.com.br)

13) Fuê Lilás  
(31) 9350-3086 - [www.fuelilas.com.br](http://www.fuelilas.com.br)  
[contato@fuelilas.com.br](mailto:contato@fuelilas.com.br)

14) Armazém Gaia.com  
[www.armazemgaia.com](http://www.armazemgaia.com)

## COMUNHÃO SEM GLÚTEN

Acesse o site: [www.ancelbramg.com.br](http://www.ancelbramg.com.br) e assista ao vídeo «Como é possível comungar se tenho intolerância ao glúten?» ministrado pelo padre paulo ricardo.org.



NOVA DIRETORIA - 2012/2014



VISITA DA ACELBRA-MG À SALUTERIA



Bebidas, biscoitos, bolos, discos para pizzas, doces, farinhas, granolas, massas, misturas para bolos e pães, salgados e pães.

Rua Cachoeira, 623 M - Belém - 03024-000 - São Paulo - SP

Tel./Fax: (11) 2692 6244

[marilis@semgluten.com.br](mailto:marilis@semgluten.com.br)

[www.marilis.com.br](http://www.marilis.com.br)

## EXPEDIENTE

Presidente: Ângela Pereira de Abreu Diniz; Vice-presidente: Vilma Pereira do Prado;  
1º Tesoureiro: Wantuil Carvalho do Prado; 2º Tesoureiro: Jorge Diniz;  
1ª Secretária: Maria Antônia Alves Benfica; 2º Secretário: Leonardo de Abreu Diniz;  
Diretora Social: Margarida M. Santana da Silva; Diretora de Divulgação: Juliana Márcia Resende Calado;  
Conselho Fiscal: Márcio Fernando Bartolozze Chaves e Ana Cristina Campos Drumond  
Assessora Médica: Dra. Magda Bahia

Produtor Editorial: Daniel Diniz