

Igualandando la diferencia

serunion
educa

ACECOVA
Asociación de Celiacos
de la Comunidad Valenciana



VIVIR SIN GLUTEN
27 Mayo
DIA NACIONAL
DE LA ENFERMEDAD CELIACA

¡Hola! Mi nombre es Ana, y me encanta jugar, cantar y bailar...

Y hoy os voy a contar como he conocido a mi nuevo amigo Pau, un niño muy simpático que me ha enseñado un montón de cosas suuuuper interesantes.



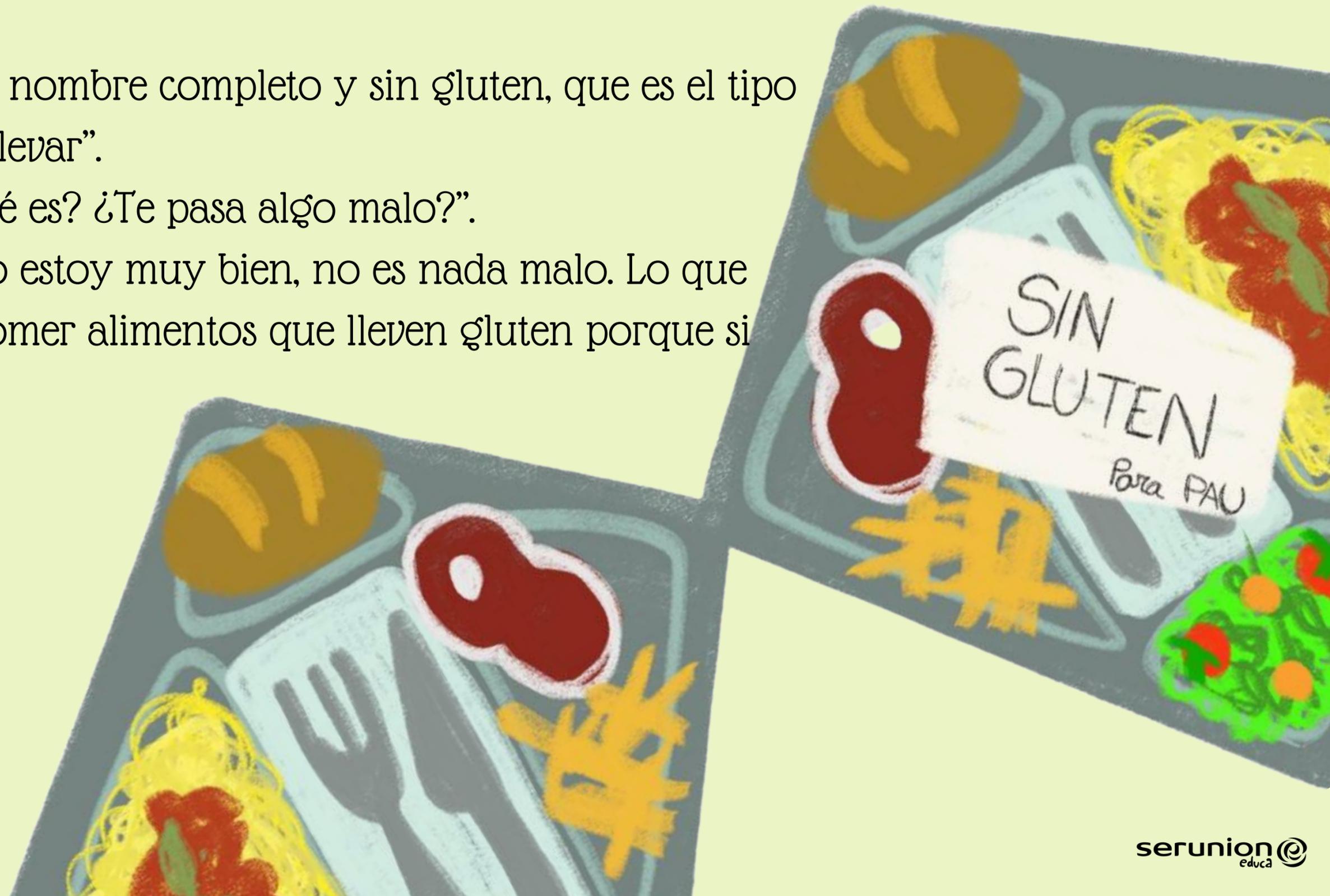
He conocido a Pau en el comedor del cole. Comer allí es una de mis cosas favoritas. Allí como saludable y rico gracias a nuestra cocinera Lola y juego un montón con mis amigos y, por supuesto, también juego con mi monitora Noelia.



Después de que Lola me sirviera la comida, Pau se ha sentado a mi lado y he visto que su bandeja era igual que la mía, pero la suya llevaba un cartelito que ponía SIN GLUTEN. No entendía nada...así que después de dudar unos minutos le he preguntado...



- “¿Te puedo hacer una pregunta Pau? ¿Qué dice en ese cartel que tienes en la bandeja?”
- “En este cartel pone mi nombre completo y sin gluten, que es el tipo de dieta que tengo que llevar”.
- “¿Sin gluten? ¿Y eso qué es? ¿Te pasa algo malo?”.
- “No, para nada Ana. Yo estoy muy bien, no es nada malo. Lo que pasa es que no puedo comer alimentos que lleven gluten porque si no me encontraría mal”



- ¿Eso quiere decir que siempre estás malito?
- No no Ana, tan sólo quiere decir que no puedo comer alimentos que vengan de los cereales que contengan gluten...Si como gluten me duele la barriga, la cabeza, voy un poco regulín al baño o, incluso, crezco un pelín más despacio.



Me sentí un poco avergonzada así que seguí preguntándole, me interesaba mucho saber más sobre la enfermedad celiaca:

- ¿Entonces no puedes comer lo mismo que nosotros Pau?”

- "Hoy en día, venden muchos alimentos sin gluten, así que no tengo que preocuparme por nada. Por ejemplo, los macarrones de hoy. Los míos son iguales que los tuyos, pero son sin gluten... ¡Igual que el pan!”

- “¡Ostras! ¡Pues que bien entonces!”.





Al salir al patio a jugar seguía un poco preocupada... Así que le pregunté si se encontraba bien, a lo que me contestó:

- “Claro, yo no me siento diferente a vosotros. Incluso desde que supe que tenía celiacuría. Así que cuido mi alimentación y me encuentro mucho mejor... e incluso y tengo más energía. Así que corre que se nos cae la cometa”.

- ¡Cuanto me alegro Pau!