



¡AHORA LO ENTIENDO! ¡ESTOY LISTO PARA ENFRENTAR LA ENFERMEDAD CELÍACA Y SENTIRME INCREÍBLE!

¡ESA ES LA ACTITUD!

¡INCREÍBLE!

SI QUIERES APRENDER MÁS SOBRE LA ENFERMEDAD CELÍACA, VISITA CELIAC.ORG EN LÍNEA.

¡RESUELVE EL MISTERIO DE LA ENFERMEDAD CELÍACA!

- ¡UNA DIETA SIN GLUTEN AYUDARÁ A SANAR TU INTESTINO!
- ENFÓCATE EN LOS ALIMENTOS NATURALMENTE SIN GLUTEN, COMO FRUTAS, VERDURAS Y PROTEÍNAS.
- SIEMPRE LEE LAS ETIQUETAS PARA DETECTAR GLUTEN OCULTO.
- SEGUIR TU DIETA REDUCE EL RIESGO DE COMPLICACIONES Y TE AYUDA A SENTIRTE MEJOR.
- LA ENFERMEDAD CELÍACA NO SIEMPRE TIENE SÍNTOMAS OBVIOS. ALGUNAS PERSONAS CON ENFERMEDAD CELÍACA PUEDEN TENER POCOS O NINGÚN SÍNTOMA.
- UNA VEZ DIAGNOSTICADO CON ENFERMEDAD CELÍACA, SE PUEDE UTILIZAR UNA SIMPLE PRUEBA DE SANGRE LLAMADA TRANSGLUTAMINASA TISULAR (TTG) PARA MONITOREAR Y SEGUIR TU CONDICIÓN.
- SI TIENES ENFERMEDAD CELÍACA, ES IMPORTANTE VER A TU PROVEEDOR DE SALUD AL MENOS UNA VEZ AL AÑO.

LIVEWELL COMICS PRESENTA:

DOCTOR BUENAVIDA

LA BÚSQUEDA CELÍACA: ¡IAJE AL INTESTINO!



DOCTOR BUENAVIDA, MI MÉDICO DICE QUE TENGO ENFERMEDAD CELÍACA. ¿QUÉ SIGNIFICA ESO?

¡BUENA PREGUNTA!

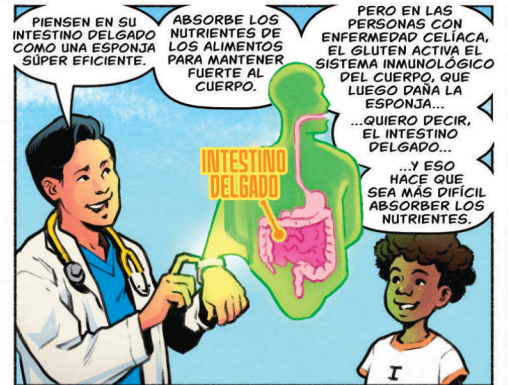
LA ENFERMEDAD CELÍACA ES UNA CONDICIÓN EN LA QUE EL SISTEMA INMUNOLÓGICO ATACA TU INTESTINO DELGADO CUANDO COMES GLUTEN.

¿GLUTEN? ESO ESTÁ EN EL PAN, ¿NO?

NO LO ENTIENDO... ¿POR QUÉ EL PAN ATACARÍA AL INTESTINO?

NO ES EL PAN EN SÍ...

...SINO CÓMO REACCIONA EL CUERPO AL GLUTEN. ¡DEJENME MOSTRARLES!



PIENSEN EN SU INTESTINO DELGADO COMO UNA ESPONJA PARA MANTENER FUERTE AL CUERPO.

ABSORBE LOS NUTRIENTES DE LOS ALIMENTOS PARA MANTENER FUERTE AL CUERPO.

PERO EN LAS PERSONAS CON ENFERMEDAD CELÍACA, EL GLUTEN ACTIVA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO DEL CUERPO, QUE LUEGO DAÑA LA ESPONJA...
...QUIERO DECIR, EL INTESTINO DELGADO...
...Y ESO HACE QUE SEA MÁS DIFÍCIL ABSORBER LOS NUTRIENTES.

INTESTINO DELGADO



¿SISTEMA INMUNOLÓGICO? ¿QUÉ ES ESO?

¡BUENA PREGUNTA!

EL SISTEMA INMUNOLÓGICO ES LA PARTE DEL CUERPO QUE NOS PROTEGE DE INFECCIONES COMO EL RESFRÍADO COMÚN.

EN LA ENFERMEDAD CELÍACA, EL SISTEMA INMUNOLÓGICO VE AL GLUTEN COMO UNA AMENAZA Y REACCIONA DE FORMA EXAGERADA.



¡TENGO UNA IDEA!

¡VAMOS A UNA AVENTURA AL MUNDO DE LA ENFERMEDAD CELÍACA!



EH... ¿QUÉ TIPO DE AVENTURA?



AFUERA DEL LABORATORIO DEL DOCTOR BUENAVIDA...

¡VAMOS A MONTARNOS EN EL M.O.C.O.!

¡QUÉ ASCO! ¡NI LOCO!

PERDÓN, NO MOCO...

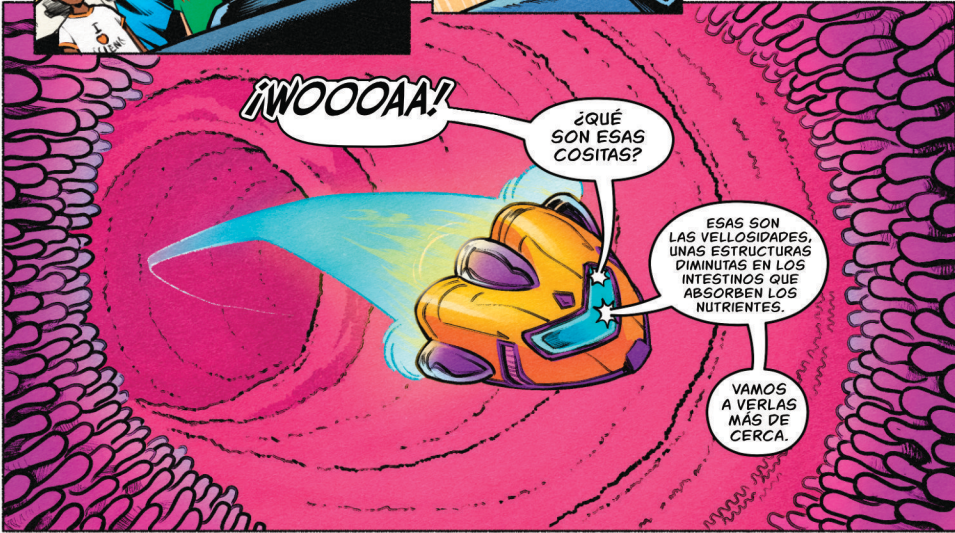


M.O.C.O. EL MINI ÓMNI-BUS DE COMUNICACIÓN Y OBSERVACIÓN.

ES MI NAVE CIENTÍFICA Y PUEDE LLEARNOS A CUALQUIER LUGAR!



¡PRESIONA ESE BOTÓN Y HAREMOS UN ZOOM PARA VER COMO LA ENFERMEDAD CELIACA AFECTA TU INTESTINO DELGADO... Y COMO MANEJARLA!



¡WOOOAAA!

¿QUÉ SON ESAS COSITAS?

ESAS SON LAS VELLOSIDADES, UNAS ESTRUCTURAS DIMINUTAS EN LOS INTESTINOS QUE ABSORBEN LOS NUTRIENTES.

VAMOS A VERLAS MÁS DE CERCA.



LAS VELLOSIDADES SANAS PARECEN ALFOMBRAS SUAVES Y ESPONJOSAS QUE ABSORBEN LOS NUTRIENTES.

PERO CUANDO LA ENFERMEDAD CELIACA ESTÁ ACTIVA, EL SISTEMA INMUNOLÓGICO LAS DAÑA Y SE AFLANAN.

VELLOSIDADES SALUDABLES



ESE DAÑO PUEDE CAUSAR DOLOR ABDOMINAL, DIARREA Y PÉRDIDA DE PESO...

...¡INCLUSO SI ESTÁS COMIENDO ALIMENTOS SALUDABLES.

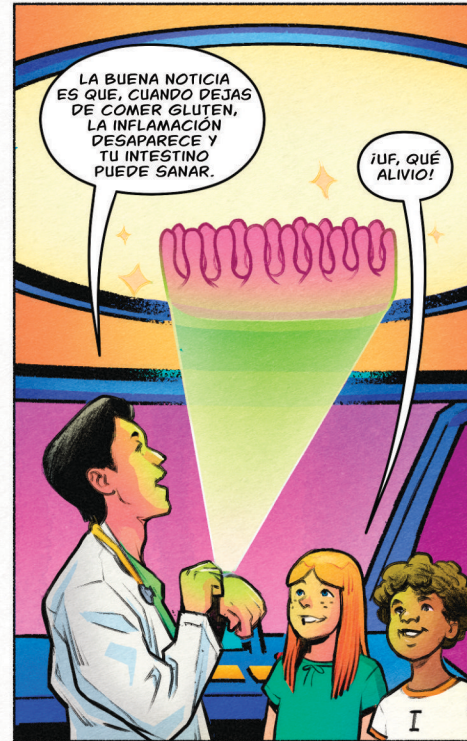
VELLOSIDADES DAÑADAS



PARA LAS PERSONAS CON ENFERMEDAD CELIACA, SU SISTEMA INMUNOLÓGICO REACCIONA MAL AL GLUTEN, LO QUE NO SOLO CAUSA DAÑO E INFLAMACIÓN, SINO QUE TAMBIÉN IMPIDE QUE EL INTESTINO SE RECUPERE.

GLUTEN

INFLAMACIÓN = UN SISTEMA INMUNOLÓGICO QUE ESTÁ DEMASIADO ACTIVO



LA BUENA NOTICIA ES QUE, CUANDO DEJAS DE COMER GLUTEN, LA INFLAMACIÓN DESAPARECE Y TU INTESTINO PUEDE SANAR.

¡UF, QUÉ ALIVIO!



ESO SIGNIFICA QUE NUNCA MÁS PODRE COMER PIZZA O PASTEL?

¡EXACTAMENTE! AÚN PUEDES DISFRUTAR DE TUS ALIMENTOS FAVORITOS, SOLO TIENES QUE ELEGIR OPCIONES SIN GLUTEN.

¡NO! HAY VERSIONES SIN GLUTEN DE TODO LO QUE TE GUSTE.



¿ENTONCES, SI SIGO UNA DIETA SIN GLUTEN, ME SENTIRÉ MEJOR?

¡ABSOLUTAMENTE!

TE SENTIRÁS MÁS SALUDABLE, TENDRÁS MÁS ENERGÍA Y TU CUERPO SERÁ MÁS FUERTE.



MANEJAR LA ENFERMEDAD CELIACA COMIENZA CON SABER QUÉ COMER.

HAY MUCHOS ALIMENTOS NATURALMENTE SIN GLUTEN, COMO FRUTAS, VERDURAS Y CARNES.

¡LEE LAS ETIQUETAS CON CUIDADO Y TEN CUIDADO CON EL GLUTEN OCULTO!

¿Y SI NO ESTÁS SEGURO, DEBERÍAS CONSULTAR A UN MÉDICO O DIETISTA, VERDAD?



¡EXACTAMENTE! HACER PREGUNTAS ES CLAVE.

SEGUIR UNA DIETA SIN GLUTEN NO SIEMPRE ES FÁCIL, PERO VALE LA PENA PARA MANTENERTE SALUDABLE.

Y RECUERDA, ¡NO ESTÁS SOLO!

HAY MUCHAS PERSONAS CON ENFERMEDAD CELIACA Y GRAN CANTIDAD DE APOYO.