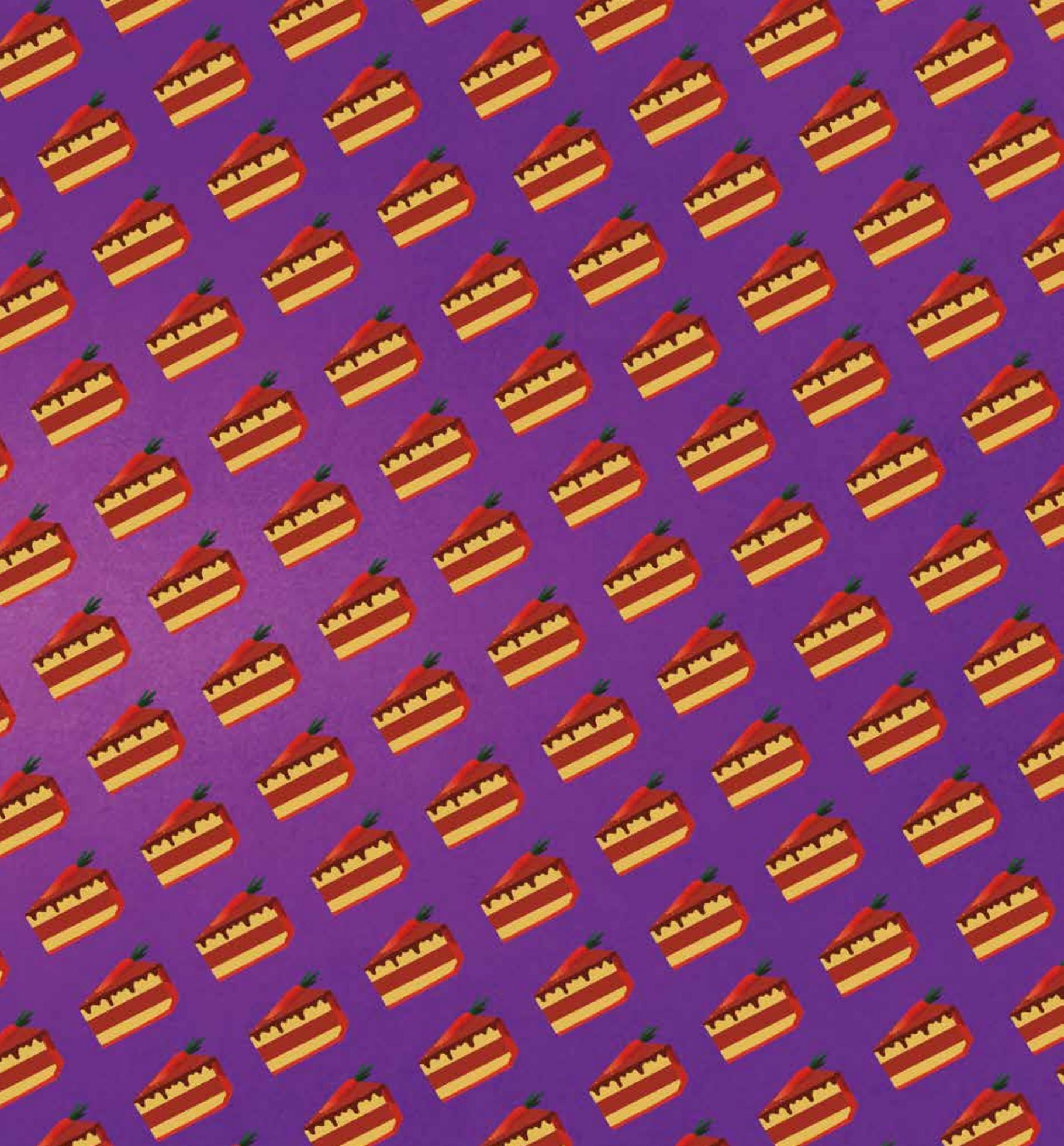


as aventuras de
Lele
em

UMA SURPRESA PARA Lili



DANONE
ONE PLANET. ONE HEALTH



as aventuras de
Lele
em

UMA
SURPRESA
PARA **Lili**



**ESTUDIO
BICHARADA**





DANONE
ONE PLANET. ONE HEALTH

A DANONE E AS AVENTURAS DE LELÉ POSSUEM EM SEU DNA
O PROPÓSITO DE LEVAR SAÚDE, BEM-ESTAR E INFORMAÇÃO
PARA O MAIOR NÚMERO DE PESSOAS, DE MANEIRA
DEMOCRÁTICA E INCLUSIVA.

É POR ISSO QUE, JUNTAS, DESENVOLVERAM ESTE LIVRO E UM
FILME EM ANIMAÇÃO SOBRE APLV.

ESPERAMOS QUE GOSTEM E QUE SEJA ÚTIL PARA PAIS, MÃES,
BEBÊS, CRIANÇAS E PROFISSIONAIS DA SAÚDE.

forte abraço.

EQUIPE ESTÚDIO BICHARADA E DANONE



**HOJE FOI DIA DE FESTA JUNINA NA ESCOLA DOS BICHOS.
ELES BRINCARAM NAS BARRACAS, COMERAM MUITAS
GOSTOSURAS E SE DIVERTIRAM JUNTOS.**



PIPOCA

PESCARIA

LALÁ E BELA ESTAVAM VOLTANDO DE ÔNIBUS APÓS A FESTA E ENQUANTO LALÁ TAGARELAVA SOBRE QUANTOS BRINDES HAVIA PEGADO NA PESCARIA E QUANTOS POTINHOS DE ARROZ DOCE HAVIA COMIDO, BELA OLHAVA PELA JANELA DO ÔNIBUS, PENSATIVA...



ENTÃO BELA PERGUNTOU:

**- LALÁ POR QUE A SUA MÃE FOI BUSCAR A LILI MAIS
CEDO NA ESCOLA? JUSTO NA HORA QUE EU IA BRINGAR
DE ARREMESSO DE ARGOLAS COM ELA!**



- BELA, A LILI ESTAVA COM MUITA,
MAS MUITA FOME E NÃO TINHA
NADA PARA ELA COMER, POR ISSO
ELA FOI EMBORA.



- NOOOOSSA! MAS TINHA BRIGADEIRO, BOLO, ARROZ DOCE E MUITAS GOSTOSURAS NA FESTA.

- EU SEI, MAS A LILI NÃO PODE COMER ESSAS COISAS. ELA FIGA COM INCHAÇO NOS OLHOS E NA BOCA! ELA TEM APLV. POR ISSO QUE DESDE QUE A GENTE IA NA CRECHE ELA FAZ UMA DIETA ESPECIAL E ELA TOMA UMA FÓRMULA CHEIA DE NUTRIENTES PARA CRESCER FORTE E SAUDÁVEL.



-MAS O QUE É APLV? EU POSSO PEGAR ISSO TAMBÉM?

**- É ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA E
NÃO É CONTAGIOSO NÃO BELA!**

**BELA FAZ UMA CARA DE ESPANTO E PERGUNTA:
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA??**



VOCÊ SABIA:

COM DR. SURICATO

Alergia à proteína do leite de vaca, conhecida por APLV, é uma reação incomum do corpo ao consumir determinado alimento, nesse caso, a proteína do leite de vaca. Os alimentos que contêm leite de vaca são o próprio leite, queijos, iogurte, chocolate, doces com leite e vários outros alimentos, por isso é bem importante ler a lista de ingredientes e rótulos.

Para quem tem APLV apenas adotar uma dieta sem lactose ou leite sem lactose não resolve o problema. Afinal o nutriente envolvido com a alergia alimentar é a proteína do leite, no caso da APLV e não o carboidrato do leite, que é a lactose.

Cada pessoa que tem APLV pode ter um tipo de sintoma e existem vários tipos de manifestações para a doença.

Algumas pessoas têm manifestações imediatas, quando os sintomas começam minutos depois de ingerir algum alimento com o leite de vaca. Nesse caso, as manifestações comuns são placas vermelhas na pele que coçam muito (urticária), e/ou sintomas respiratórios (falta de ar), sintomas gastrointestinais (vômitos e diarreia), coceira nos lábios, língua e palato, edema de lábios e língua.

Já em bebês o tipo de manifestação mais comum é a tardia, quando os sintomas aparecem depois de horas ou dias da ingestão.

O sintoma mais comum em bebês é a presença em várias evacuações com sangue nas fezes, mas também pode ser a ocorrência de doença de refluxo que não melhora com as medidas habituais, a diarreia associada a perda de peso, dermatite atópica que não melhora com o tratamento e até crises de vômitos e diarreia associada a perda de peso.

Mas é importante lembrar que cada bebê e criança tem o seu tipo, por isso o diagnóstico assertivo e o acompanhamento médico e/ou com profissional de saúde são peças chaves para garantir a remissão dos sintomas e o tratamento correto.

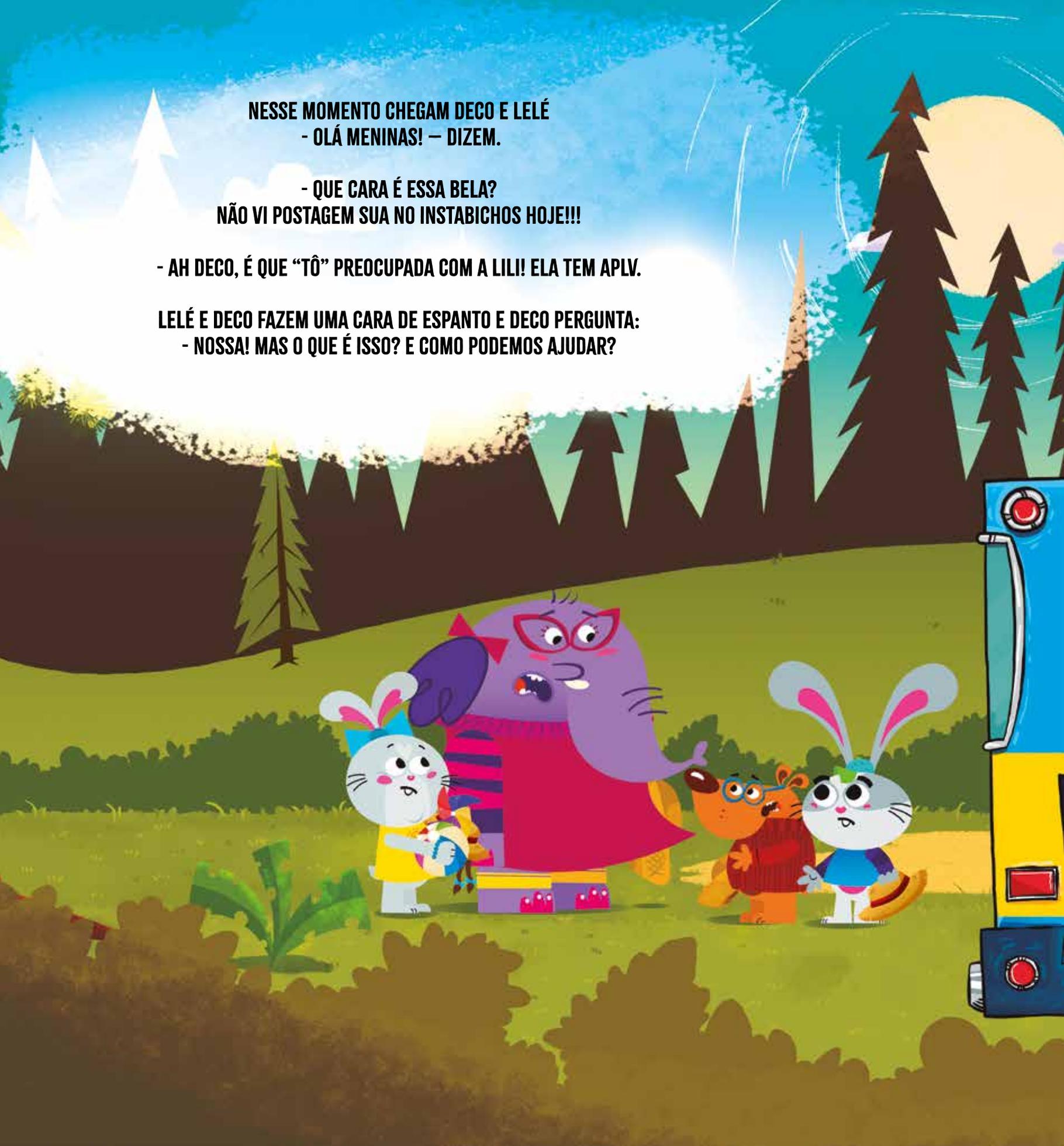


**NESSE MOMENTO CHEGAM DECO E LELÉ
- OLÁ MENINAS! – DIZEM.**

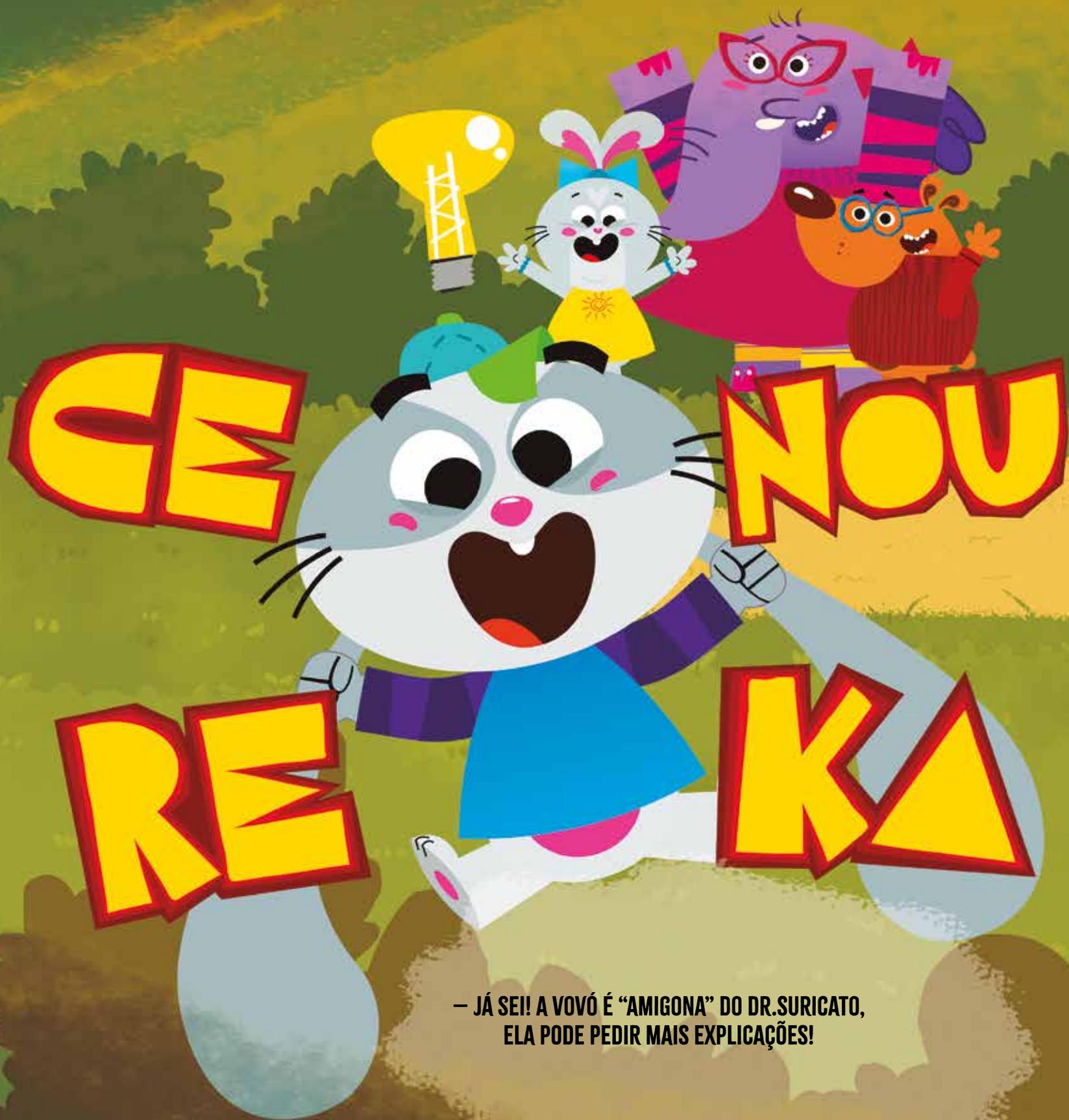
**- QUE CARA É ESSA BELA?
NÃO VI POSTAGEM SUA NO INSTABICHOS HOJE!!!**

- AH DECO, É QUE “TÔ” PREOCUPADA COM A LILI! ELA TEM APLV.

**LELÉ E DECO FAZEM UMA CARA DE ESPANTO E DECO PERGUNTA:
- NOSSA! MAS O QUE É ISSO? E COMO PODEMOS AJUDAR?**







— JÁ SEI! A VOVÓ É “AMIGONA” DO DR.SURICATO,
ELA PODE PEDIR MAIS EXPLICAÇÕES!

O QUE É APLV.

COM DR. SURICATO

As crianças que continuam com APLV acima de 1 ano precisam de atenção e um acompanhamento cuidadoso. Focado na nutrição adequada, orientação dos familiares e de quem convive com a criança sobre os cuidados com a alimentação sem proteína do leite de vaca e nas orientações caso aconteça alguma exposição acidental à proteína.

Crianças acima de 1 ano, ainda tem leite e seus derivados como alimentos importantes na sua dieta. Apesar da base da alimentação ser comida sólida e não mais o leite materno, alguns alimentos derivados de leite (queijo, iogurte...) entram como importante fonte calórica e de outros nutrientes importantes, como o cálcio e a vitamina D.

Portanto, a criança com APLV acima de 1 ano de vida precisa de um foco na nutrição adequada, com uso de um substituto adequado ao leite e/ou a necessidade de suplemento nutricional infantil para que fique nutricionalmente saudável e segura.

Nessa idade a vida social da criança também expande, muitos vão para escola/creche, outros frequentam atividades rotineiras (natação, casa de brincar...) ou apenas começam a conviver com mais pessoas (ir ao parque, brinquedoteca...). Isso é foco de preocupação para os cuidadores de crianças com APLV, pelo risco de ela ingerir algum alimento com proteína do leite de vaca. Por isso, esses cuidadores e todo mundo que convive com uma criança com APLV deve receber orientações de um profissional de saúde sobre quais alimentos podem ou não ser ingeridos e o que fazer caso a criança consuma algum alimento com proteína do leite de vaca.



**O QUE O DR. SURICATO ENVIOU COM MUITA ATENÇÃO E
LEMBRARAM DE ALGUNS MOMENTOS QUE SE DIVERTIRAM
JUNTOS, MAS NA HORA DE COMER A LILI RECUSAVA O ALIMENTO!**

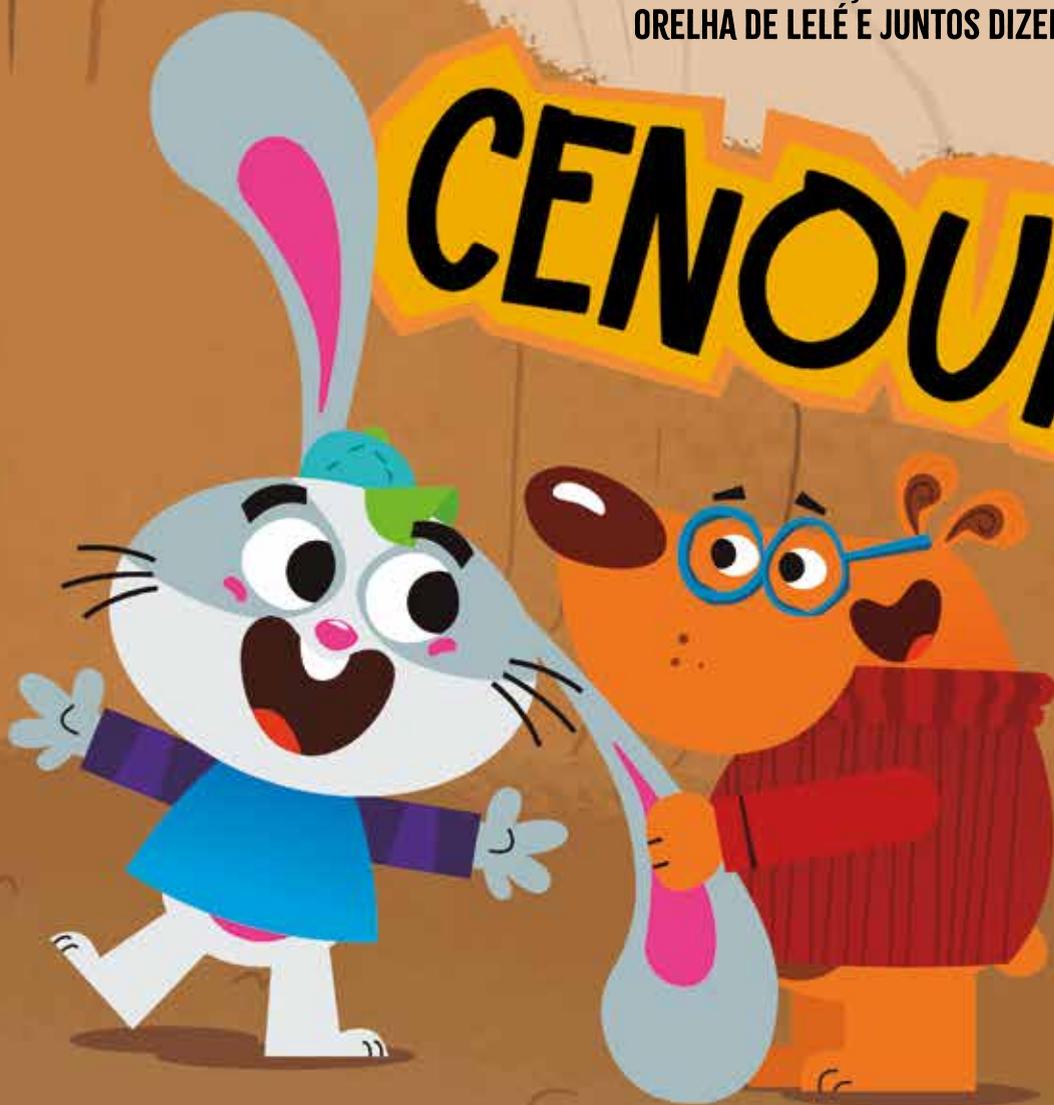
NÃO IMAGINAVAM QUE ERA PORQUE ELA TINHA ESSA ALERGIA!

- NOOOOSSA EU NÃO SABIA DISSO! - DISSE BELA



APÓS ENTENDER MELHOR MELHOR
SOBRE A DOENÇA DECO PUXA A
ORELHA DE LELÉ E JUNTOS DIZEM.

CENOUREKA!



**- VAMOS FAZER UMA FESTA SURPRESA PARA A LILI.
O ANIVERSÁRIO DELA ESTÁ CHEGANDO E O LIVRO DE RECEITAS
DA VOVÓ TEM MUITAS GOSTOSURAS QUE ELA PODE COMER!!!**

**LALÁ E BELA FICAM FELIZES COM A IDEIA E DECIDEM AJUDAR.
- UHUL! SURPRESA PARA LILI!!!!**





SAVING
NeoForte
with
Vitamin D3
and
Calcium
for
bone
health

LIVRO DE
RECEITAS

TODOS ESTAVAM ANSIOSOS
COM CHEGADA DA LILI.
ATÉ QUE...

SURPRESAAAAA!!!







- LILI, AQUI VOCÊ PODE COMER DE TUDO!
- NÓS ESTUDAMOS SOBRE APLV, PODE COMER!
NADA DAQUI TEM PROTEÍNA DO LEITE!





**ADOREI A SURPRESA!
MUITO OBRIGADA!**

- E AGORA LILI, PARA QUEM VAI O PRIMEIRO PEDAÇO?

- COM CERTEZA PARA A VOVÓ!!!



FIM!

BOLO DA LILI

POR LAURA FANTAZZINI GRANDISOLI

INGREDIENTES

PARA O BOLO:

- ÓLEO E FARINHA DE TRIGO PARA UNTAR E POLVILHAR A FORMA
- 2 XÍCARAS (CHÁ) DE FARINHA DE TRIGO
- 1 PITADA DE SAL
- 1 COLHER (SOPA) DE FERMENTO EM PÓ
- 3 CENOURAS MÉDIAS
- 1 XÍCARA (CHÁ) DE ÓLEO
- 1 1/2 XÍCARA (CHÁ) DE AÇÚCAR (REFINADO, DEMERARA OU MASCADO)
- 3 OVOS

PARA A COBERTURA

- 2 COLHERES (SOPA) DE AMIDO DE MILHO
- 1 XÍCARA DE ÁGUA (240ML)
- 4 COLHERES (SOPA) DE CACAU EM PÓ 100%
- 6 COLHERES (SOPA) DE AÇÚCAR
- 8 COLHERES-MEDIDA (58,5G) DE NEOFORTE® SABOR BAUNILHA

MODO DE PREPARO

PREPARE O BOLO:

- EM UMA TIGELA, PENEIRE A FARINHA E ACRESCENTE O SAL E O FERMENTO.
 - MISTURE BEM E RESERVE.
- DESCASQUE AS CENOURAS, CORTE-AS EM RODELAS E COLOQUE-AS NO COPO DO LIQUIDIFICADOR.
 - JUNTE O ÓLEO, O AÇÚCAR E OS OVOS.
 - BATA POR CERCA DE 3 MINUTOS, ATÉ FICAR BEM LISO.
- COLOQUE A MISTURA NA TIGELA COM OS INGREDIENTES SECOS E MEXA DELICADAMENTE COM O BATEDOR DE ARAME, ATÉ INCORPORAR E FORMAR UMA MASSA HOMOGÊNEA.
 - TRANSFIRA A MASSA PARA UMA ASSADEIRA UNTADA COM ÓLEO E ENFARINHADA
(PODE SER UMA ASSADEIRA REDONDA COM FURO OU RETANGULAR, DE CERCA DE 30CM X 20CM).
- LEVE AO FORNO PRAAQUECIDO A 180°C E DEIXE ASSAR POR CERCA DE 40 A 50 MINUTOS
(PARA SABER SE ESTÁ ASSADO, ESPETE UM PALITO – SE SAIR LIMPO, JÁ ESTÁ PRONTO).
 - DEIXE ESFRIAR E DESENFORME.

PREPARE A COBERTURA

- DISSOLVA O AMIDO NA ÁGUA FRIA E LEVE AO FOGO MÉDIO.
- ACRESCENTE O CACAU EM PÓ E O AÇÚCAR, MEXENDO SEMPRE ATÉ ENGROSSAR
(VOCÊ VAI COMEÇAR A VER O FUNDO DA PANELA).
- DESLIGUE O FOGO E ESPERE AMORNAR POR ALGUNS MINUTOS.
- ACRESCENTE AOS POUCOS O NEOFORTE® SABOR BAUNILHA, MEXENDO VIGOROSAMENTE ATÉ ELE INCORPORAR AO CREME.
- ESPALHE SOBRE O BOLO.

RENDIMENTO: 12 A 15 PORÇÕES.

OBSERVAÇÕES: SE PREFERIR, UTILIZE FORMINHAS DE PAPEL PARA CUPCAKE E PREPARE PORÇÕES INDIVIDUAIS. NESSE CASO, O TEMPO DE FORNO SERÁ BEM MENOR (DE 15 A 20 MINUTOS).

CROQUETE DE CARNE ASSADO

POR CAROL SOUZA GRANDCHAMP (USO AUTORIZADO)

INGREDIENTES

PARA O BOLO:

- 1 1/2 XÍCARA (CHÁ) DE BEBIDA VEGETAL DE ARROZ OU AVEIA
- 5 COLHERES (SOPA) DE FARINHA DE TRIGO (90 G)
- 1 COLHER (SOPA) DE ÓLEO (13 ML)
- 1 CEBOLA MÉDIA PICADA (CERCA DE 80 G)
- 3 DENTES GRANDES DE ALHO AMASSADOS (CERCA DE 6 G)
- 400 G DE CARNE MOÍDA (PEÇA UMA CARNE MAGRA)
- 1/2 COLHER (SOPA) DE SALSINHA PICADA (2 G)
- 1/2 COLHER (SOPA) DE CEBOLINHA PICADA (2 G)
- SAL E PIMENTA DO REINO A GOSTO
- 1/2 XÍCARA (CHÁ) DE FARINHA DE ROSCA (55G)
- 1 CLARA DE OVO (CERCA DE 30 G)
- 1 COLHER (SOPA) DE BEBIDA VEGETAL (13 ML)

MODO DE PREPARO

- MISTURE A BEBIDA VEGETAL COM A FARINHA DE TRIGO E RESERVE.
 - AQUEÇA O ÓLEO E DOURE A CEBOLA E O ALHO.
 - ADICIONE A CARNE MOÍDA E REFOGUE BEM
- VÁ DESMANCHANDO OS GRUMOS DE CARNE QUE SE FORMAM PARA QUE FIQUE BEM SOLTINHA.
 - ACRESCENTE A SALSINHA E A CEBOLINHA.
 - TEMPERE COM SAL E PIMENTA A GOSTO.
- ADICIONE A MISTURA DE LEITE VEGETAL E FARINHA DE TRIGO AO REFOGADO DA PANELA, MEXENDO SEMPRE ATÉ QUE FORME UMA MASSA QUE DESGRUDE DA PANELA E QUE A FARINHA ESTEJA COZIDA.
- DESPEJE ESSA MASSA NUM PRATO E ESPALHE BEM PARA QUE ESFRIE COMPLETAMENTE.
 - ENQUANTO A MASSA ESFRIA, DESPEJE A FARINHA DE ROSCA NUM PRATO FUNDO.
- EM UM OUTRO PRATO FUNDO, BATA A CLARA DE OVO COM 1 COLHER (SOPA) DE BEBIDA VEGETAL.
- QUANDO A MASSA JÁ ESTIVER FRIA, PORCIONE 1 COLHER (SOPA) DE MASSA E ENROLE NA PALMA DAS MÃOS FORMANDO UM CILINDRO.
 - PASSE O CROQUETE RAPIDAMENTE NO OVO BATIDO E DEPOIS NA FARINHA DE ROSCA
(BATA OS CROQUETES DELICADAMENTE PARA QUE FIQUE ENVOLVIDO APENAS POR UMA CAMADA FINA DE FARINHA).
 - ACOMODE OS CROQUETES JÁ EMPANADOS NUMA ASSADEIRA (NÃO É PRECISO UNTAR NEM ENFARINHAR).
 - LEVE AO FORNO MÉDIO (180°C), PRÉ-AQUECIDO, POR CERCA DE 20 MINUTOS OU ATÉ QUE ESTEJAM DOURADOS E COM A CASQUINHA CROCANTE.

RENDIMENTO: 15 porções (formato grande) ou 30 porções (formato pequeno).

OBSERVAÇÕES: TEMPO DE PREPARO: 50 MINUTOS.

BRIGADEIRO

POR JANAÍNA LOPES RODRIGUES
(LIVRO DE MÃE PARA MÃE)

INGREDIENTES

- 1 XÍCARA DE LEITE DE COCO
- 4 COLHERES DE SOPA DE CHOCOLATE EM PÓ SEM LEITE
- 2 COLHERES DE MARGARINA SEM LEITE
- 3 COLHERES DE SOPA DE AÇÚCAR
- CHOCOLATE GRANULADO SEM LEITE

MODO DE PREPARO

- LEVE TODOS OS INGREDIENTES AO FOGO MÉDIO, MEXENDO SEMPRE ATÉ ENGROSSAR.
- QUANDO COMEÇAR A DESPRENDER DO FUNDO DA PANELA, COZINHE AINDA MAIS UM POUCO (REDUZIRÁ BASTANTE O VOLUME).
 - AGUARDE ESFRIAR.
 - UNTE AS MÃOS COM MARGARINA SEM LEITE E ENROLE AS BOLINHAS.
 - PASSE-AS NO CHOCOLATE GRANULADO SEM LEITE, COLOQUE NAS FORMINHAS E SIRVA.

RENDIMENTO: 12 a 15 porções.

OBSERVAÇÕES: 30 PORÇÕES.



**ACESSE O QR CODE
E CONTINUE ESSA HISTÓRIA**

NOSSA TURMA

EQUIPE BICHARADA



Fábio Bozelli

Fabio Bozelli marido da Paula, pai da Marina, Lucca e Léo.
Palhaço desde os 15 anos e Pediatra de formação até os dias de hoje!
Apaixonado pela criança que vive dentro de todos nós .. eterno aprendiz do desenvolvimento humano.

Paula Bozelli

Sou a Paula, esposa do Fabio, mãe da Marina, Lucca e Léo!
Sou apaixonada pela minha família e pelas crianças do mundo!
Sabem, minha mãe conta que gosto de crianças desde que sou criança! Rsrtrs
Gosto do olhar e do jeito puro e divertido com que encaram o mundo!

André Mattar

André Mattar sortudo que casou com a Bruna e ganhou de presente dois espoletas - Guga e Rê. Pediatra de formação e cozinheiro de paixão! Com os meninos aprendeu a deixar as famílias mais tranquilas no consultório e a se mexer mais nos finais de semana!

Bruna Mattar

Meu nome é Bruna, sou formada na área da tecnologia, abandonei o mundo corporativo para curtir mais a minha família, meu marido e meus filhos.



Jefferson Bozelli

Olá, eu sou o Jefferson. Sou um cara muito feliz! Ao meu lado tenho minha esposa Michele e meus dois filhos Gab e Bela. A alegria é a chave das minhas relações e na Felicidade quero sempre estar e compartilhar com todos. Ah, também sou dentista, pois adoro um bom e sincero sorriso. É assim, feliz com a vida como o Lelé! Cenoureka!

Michele Bozelli

Michele e amo minha família que é a fonte inspiradora pro meu dia a dia e pro meu trabalho! Amo tudo que faço!





Gabriel Benevides

Sou Gabriel, dono do Chamusca (cachorro Shitzu)
Pediatra e gastropediatra de formação, mas apaixonado por tentar fazer pediatria
com menos medicação e mais orientação e acolhimento

Rafael Sanches

Oie, sou o Rafa apaixonado pela arte de criar e um eterno imagineiro, e com
apoio da minha esposa Adriana e meus filhos Larissa, Caique e Bernardo levo o
legado de compartilhar histórias com imaginação e fantasia.



Bianca Alves

Olá, eu sou a Bia. Marketeira de formação e por paixão. Esposa do Neto e mãe
bichologica das gatinhas Aurora e da Alasca. Levo a vida de forma leve e tenho a
imaginação como minha casa.

Laura Fantazzini

Esposa do Edson, mãe do Eduardo. Sou nutricionista e me
dediquei a trabalhar com crianças depois que o Eduardo nasceu.
Ele foi e continua sendo minha maior inspiração.



Expediente

CRIAÇÃO

Estúdio Bicharada

ROTEIRO

André Mattar

Bianca Alves

Fabio Bozelli

Jefferson Bozelli

Rafael Sanches

CRIAÇÃO DOS PERSONAGENS

Júnior Caraméz

Rafael Sanches

ILUSTRAÇÃO

Rafael Sanches

SUPORTE PEDAGÓGICO

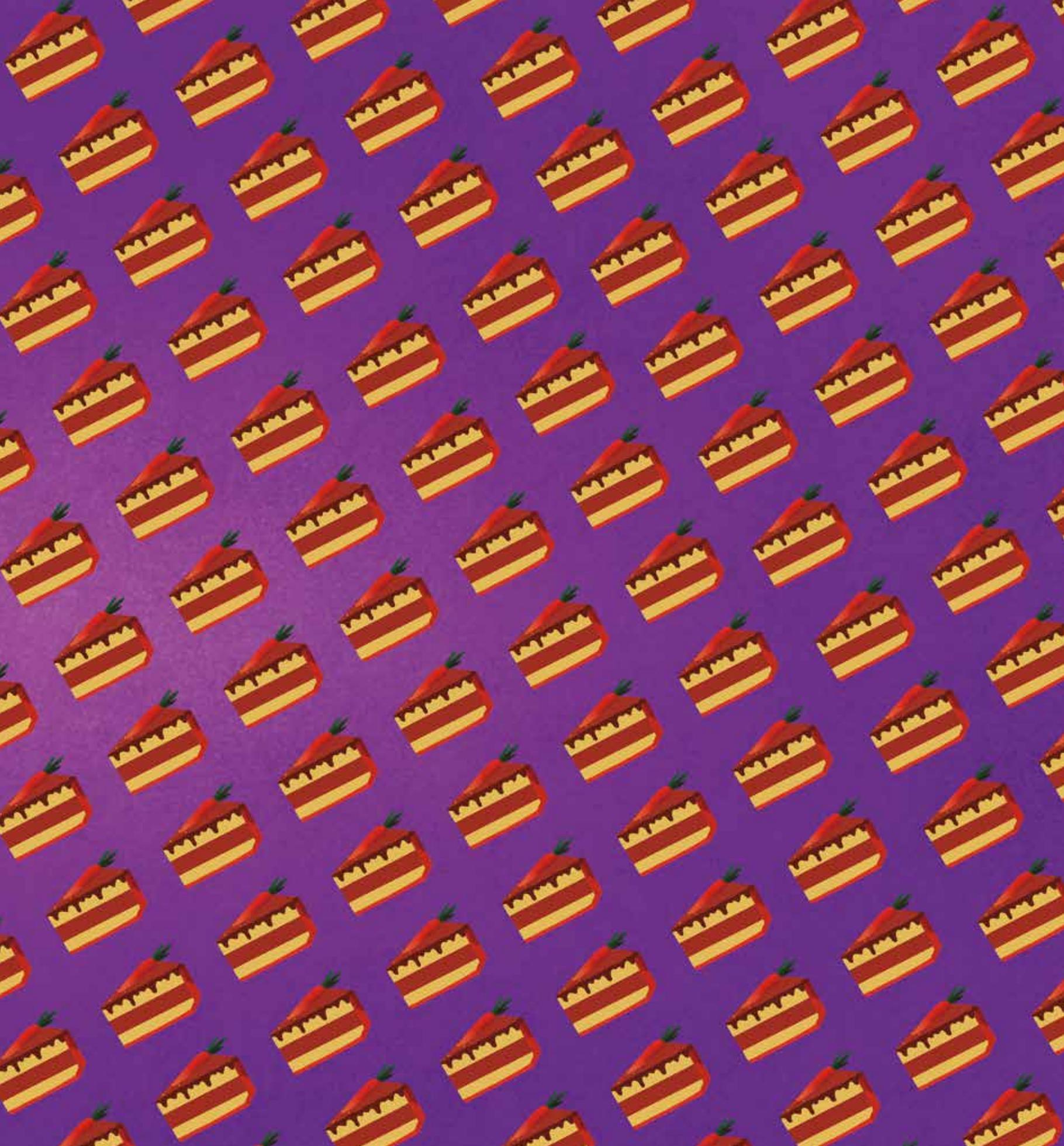
Paula Bozelli

CORDENAÇÃO E APOIO

Danone Nutrícia



DANONE
ONE PLANET . ONE HEALTH



**A SÉRIE "AS AVENTURAS DE LELÉ" VAI ALÉM DO ENTRETENIMENTO
E NESSE LIVRO ABORDAMOS UMA TEMÁTICA MUITO IMPORTANTE:
A ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA.**

**COM APOIO DA DANONE CONTAMOS A HISTÓRIA DA LILI, UMA CRIANÇA DE 2
ANOS QUE APESAR DE APRESENTAR A ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA
(APLV) PÔDE COMEMORAR COM TODA A TURMA O SEU ANIVERSÁRIO, CHEIO DE
DIVERSÃO, BRINCADEIRAS E MUITAS GOSTOSURAS, FAZENDO USO DE RECEITAS
ISENTAS DA PROTEÍNA DO LEITE QUE FAZEM MAL PARA ELA.**

**DURANTE A HISTÓRIA É POSSÍVEL ENTENDER COMO O TRATAMENTO CORRETO
ISENTO DE LEITE DE VACA, E COM MUITO CUIDADO NO MANEJO NUTRICIONAL
PODE AJUDAR AS FAMÍLIAS QUE VIVENCIAM A APLV DENTRO DE CASA.**

**LILI É PROVA DE QUE É POSSÍVEL CRESCER FORTE E SAUDÁVEL COM OS
CUIDADOS NUTRICIONAIS CORRETOS.**

**AO FINAL DO LIVRO VOCÊ TAMBÉM ENCONTRA VÁRIAS RECEITAS DELICIOSAS
PARA AS CRIANÇAS COM APLV COZINHAREM JUNTAMENTE COM SUA FAMÍLIA.**

APROVEITEM!



DANONE
ONE PLANET. ONE HEALTH