

Os Segredos da Amoreira

O Grupinho
Meta-
bólico



Mais informação sobre as doenças mencionadas neste livro:

www.guiametabolica.org

Colecção: O Grupinho Metabólico

© Hospital de Sant Joan de Déu, da ideia original, SHS-Nutricia, do patrocínio

© Meritxell Martí, do texto

© Joana Demestre i Mati Balsera, das ilustrações e concepção gráfica

Coordenação da tradução: Associação Portuguesa CDG e outras Doenças Metabólicas Raras (APCDG-DMR9.

Tradutora: Sandra Pereira Pinto. Responsable del departamento de accesibilidad universal de la APCDG-DMR;

Directora de “eCapaz”, accessibility and design for all”

Depósito legal:

Os Segredos da Amoreira



A Ana, o Gabriel e o Arnaldo entraram na sala

de aula de cabeça baixa. Nesse dia tinham um teste e a professora não estava para brincadeiras. Tinha-lhes dito que ou trabalhavam ou não passariam de ano. Dizia que eles não estavam muito bem acostumados e que na vida, ou te esforças, ou nada de nada.

Em contrapartida, os da outra sala de aula estavam exultantes. Todos tiravam boas notas menos o Yury que, vindo da Ucrânia, acabava de aterrizar na Escola da Amoreira e não entendia quase nada.

- Qual foi a nota que tiraste? - Perguntou o Gabriel ao Arnaldo uns dias mais tarde - Eu, tirei 70!

- Eu 65.

-Ah! Muito bem! - exclamou a Ana, que tinha passado à rasca.



A que não se portou lá muito bem, era a Susi, a nova da turma. Nunca fazia os deveres, não falava com ninguém e quando falava era para dizer alguma coisa desagradável.

A Ana tentou ser sua amiga, mas a Susi era tão antipática que a Ana se cansou dela.

-Ui, que rapariga tão estranha! Disse a Ana ao pai enquanto ajudava a preparar os canelones de espinafres para o jantar.

-De certeza que ela tem uma razão. - Respondeu o pai.

-Sim, porque nasceu em Neptuno e não no planeta Terra!

Mesmo assim, no dia seguinte, voltou a convidar a Susi para ir com ela e as suas amigas, mas mais uma vez, a rapariga fez cara feia e virou-lhe as costas.



Se calhar, sente falta da sua antiga escola. - disse o Arnaldo.

Está é louca! – disse o Gabriel. Ontem, um rapaz deixou a mochila um momento em cima da mesa e a Susi atirou com ela ao chão e pisou-a.

Não está louca. Vocês é que não gostam dela, por isso é que se comporta assim.

Era a primeira vez que o Arnaldo e o Gabriel discordavam.

A Ana desatou a rir.

-Parece-me que há alguém que gosta da Susi...

O Arnaldo ficou vermelho como um tomate e decidiu começar a ter cuidado com o que dizia em frente da Ana.

Entretanto, o assunto da Susi passou a segundo plano, uma vez que o mistério da outra turma começou a resultar num problema. Continuavam a tirar boas notas e até o Yuri começou a ter bons resultados. Isto acabou com a paciência do Gabriel.

- Aqui há qualquer coisa estranha. Não entendo como é que o Yuri tira melhores notas do que nós. Ele não percebe nada! - exclamou ao chegar à Praça da Amoreira para lanchar.

- É certo, parece como se a nossa turma fosse de burros!

- Disse o Arnaldo.

A Laura, que estava num ano mais abaixo, juntou-se à conversa enquanto devorava uns bolinhos de maçã.

-Eu acho que sabem as perguntas - disse sem mais.

Os outros ficaram a olhar para ela e respondeu o Arnaldo:

- Claro! Tem lógica...mas como é que as conseguirão?

A Laura, ao ver-se como alvo das atenções dos seus companheiros mais velhos, deu uma resposta ainda mais atrevida que gerou mais expectativa:

- Não há duvida: roubam-nas.



Os quatro estiveram a falar disso um bom bocado. Como poderiam roubar os exames? Normalmente estavam na sala dos professores onde havia sempre alguém ou então estava fechada.

Disse então o Gabriel muito convencido:

- Temos que investigar isto. A nossa honra está em jogo!
- O Grupinho Metabólico entra de novo em Acção! -acrescentou o Arnaldo.
- Sim! -disse a Ana -podemos vigiar os da outra turma. Como somos quatro não será difícil.
- Hei!- disse a Laura- mas eu não sou do vosso ano!
- Não faz mal! Se descobres tu, eu carregarei com a tua mochila todos os dias durante mês. -disse o Gabriel.
- Ok!

A tudo isto, o Tomás, o mais novo do grupo, tinha ficado um pouco de lado. Ele também ia à escola da Amoreira, mas ao Segundo ano da primária. Era amigo de um menino que também tinha uma doença do metabolismo. Chamava-se Elias e padecia de acidúria glutárica. À hora de comer, o Tomás reunia-se com os seus amigos mais velhos na cantina do centro e o Elias normalmente juntava-se a eles, era já um membro mais do Grupinho Metabólico. Ali contavam-se as novidades e experimentavam alguma receita nova que uns ou outros traziam para partilhar.

- Hei! O que é isto tão bom? - Perguntou a Ana com a boca cheia de pudim de santieiros.

- É uma receita que eu e a minha mãe fomos aperfeiçoando -disse a Laura - Leva santieiros, cenouras e cebola. Nós juntamos-lhe tomates cherry e folhas de menta.

- Hummmm! Acho que te vamos nomear cozinheira oficial do Grupinho! – disse o Gabriel, repetindo o pudim.



Naquele momento, a Susi, que estava sentada num extremo da mesa, afastada dos outros, ficou a observá-los. O Arnaldo esteve quase para lhe dizer que se aproximasse, mas temia os comentários da Ana e então conformou-se em dedicar-lhe um olhar amigável.

De facto, a Susi tinha cada vez mais problemas nas aulas. Era tão rebelde que às vezes dizia coisas inoportunas aos companheiros e professores. Tinha conseguido que a castigassem e o tutor advertiu-a que chamaria os pais dela para falar com eles. A gota de água foi a zanga que teve com uma colega de turma. A Susi tirou-lhe o estojo e atirou-o pela janela fora. Partiram-se alguns lápis de cera, o tutor mandou-lhe uma nota para casa e ela ficou mais mal-humorada que nunca.



- É ela! - disse o Gabriel, naquele dia, ao sair da aula. Ela faz isso porque nos tem raiva.

- Mas o que é que estás a dizer! – responde imediatamente o Arnaldo tentando defendê-la. - A Susi não é nenhuma ladra!

- Ai não? E como chamarias tu então a alguém que rouba o estojo a uma colega?

- Não o roubou, só o atirou porque a rapariga a estava a chatear.

A Ana interveio.

- Hei, também não é preciso que a defendas tanto. Às tantas o Gabriel tem razão. Quem é que então roubaria os exames?

O Arnaldo não exitou:

- O Yuri.

Todos olham para ele.



- Esse? -perguntou o Gabriel que, no fundo, tinha vontade de ser amigo do novo. Sobretudo, porque tudo o que fosse exótico, o atraía. O Arnaldo, no entanto, tinha um pouco de inveja dele, porque uma vez apanhou a Susi a sorrir para ele.

- Sim, pensa um bocado. Quem é que se beneficiou mais dos exames roubados? O Yuri. Passou de reprovado a tirar altas notas!

Nisso, o Gabriel dava-lhe razão. Mas a Ana interveio a tempo para evitar que se cometesse uma injustiça.

- Rapazes, rapazes...se o Yuri roubasse os exames, o mais normal seria que não contasse nada a ninguém para que não arriscar-se a que o denunciassem.

Os três ficaram muito pensativos. A Ana tinha razão. O Yuri ter-se-ia arriscado a que o expulsassem, coisa que não lhe convinha nada. Teriam que continuar com a investigação. O mistério ainda não estava resolvido.



Nos dias seguintes, a Susi não assistiu às aulas. Todos se deram conta porque o ambiente era mais calmo. Nessa noite, enquanto descascava maçãs para assá-las no forno, A Ana disse ao pai:

- Oxalá já não viesse mais.

Mas o Pai da Ana, que preparava uma lasanha de legumes, olhou para a filha e disse-lhe em tom muito sério:

- Não digas isso. Provavelmente essa rapariga está a passar um mau momento.

- Mas, porque é que faz essas coisas? Poderia ser simpática, brincar com os outros e não meter-se com eles. É ela que provoca a situação.

- E tu sabes, por acaso, porque é que ela provoca a situação?

A Ana teve que admitir que não. É que era tão difícil aproximar-se dela!



Mas a conversa com o pai animou-a a tentar por ultima vez. Sabia que a Susi não vivia longe da casa dela. Pensou pedir a direcção dela ao orientador e ir visitá-la. Sim, de certeza que fora da escola não seria tão antipática. Como no dia seguinte a Susi ainda não tinha aparecido às aulas, a Ana pegou num pedaço de tarte de maçã que tinha sobrado do dia anterior e foi-lhe tocar à porta.

- O que estás aqui a fazer?

A Susi tinha um aspecto terrível. Estava pálida e com olheiras. Notava-se que tinha chorado, ainda que ela nunca o assumiria.

- Queria saber como estavas. Trouxe-te tarte feita por mim, É especial, porque não leva nem ovos, nem farinha normais, mas está deliciosa.



A Susi olhou para a colega como se fosse um extra-terrestre, mas deixou-a passar. Era uma casa antiga com um pátio muito bonito.

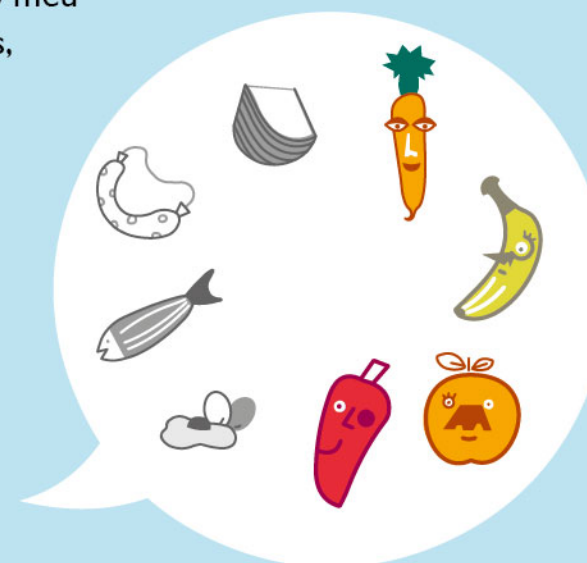
- Há uma coisa que não sabes de mim - disse a Ana enquanto saíam para fora - Tenho um transtorno metabólico.

A Susi ficou surpreendida, por um lado, por essa palavra tão estranha e, por outro, porque a Ana lhe estava a contar um segredo dela.

- Sim, já sei que não sabes o que significa “metabólico”, é normal, quase ninguém sabe. Acontece que o meu corpo não tolera a carne, o peixe nem os ovos, por exemplo.

- Não podes comer carne, nem peixe, nem ovos? Então o que é que comes?

- Ui, imensas coisas. E também tenho os suplementos. Mas tive de aprender, sabes. No início, não me preocupava minimamente com a comida. Mas se comesse coisas que não me convêm, ficaria doente.



A Susi, pela primeira vez, parecia uma rapariga normal, que ouvia com interesse o que dizia uma colega.

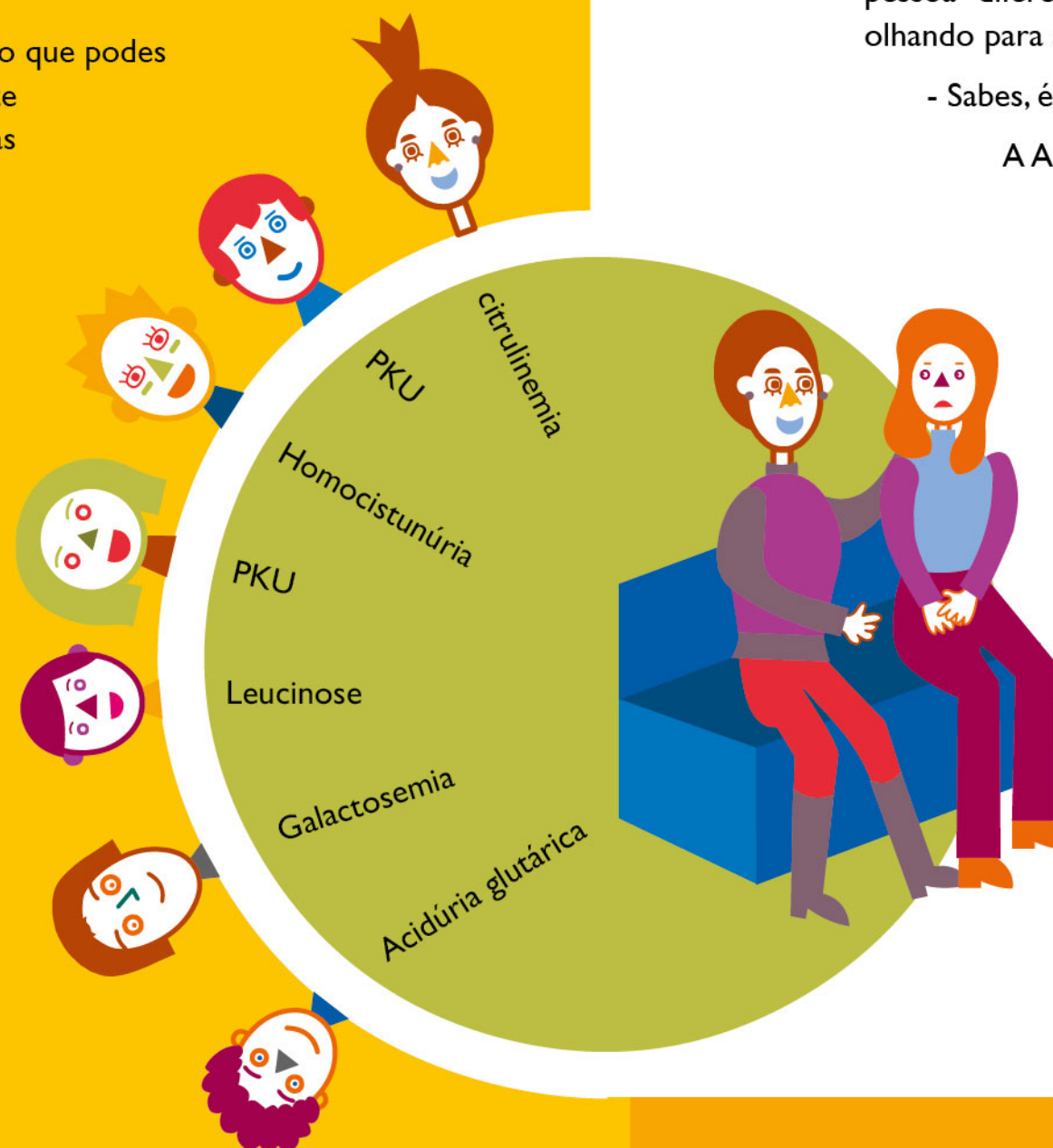
- Olha, é certo que pode ser um pouco chato aprender tudo o que podes comer e o que não. Mas afinal acabas por aprender e parece-te divertido cozinhar, inventar receitas e falar com outras pessoas com o mesmo problema.

- Ah, mas então não és a única pessoa que tem um meteorito?

- Um transtorno metabólico! Exclamou a Ana rindo-se. Há uns tempos atrás, era ela que confundia as palavras. – Não sou a única, na nossa turma: o Arnaldo, tem homocistinúria e o Gabriel tem PKU. Na turma do lado, a Âmbar e no primeiro ano, a minha amiga Laura, também têm PKU. E dos pequeninos, o Tomás, que tem leucínose, e o Elias, que tem acidúria glutárica. E nas outras escolas há de haver mais gente.

- PKquê? Aciquê?- Perguntou a Susi, surpreendida, ainda que mais animada.

- Hi hi hi! Bem-vinda ao club dos nomes raros! - riu-se a Ana.



A Susi ficou que nem uma pedra. Até aquele momento sempre pensou que a única pessoa “diferente” era ela. A Ana ofereceu-lhe um pedaço de tarte mas a Susi, olhando para a fatia começou a abrir a sua caixa dos segredos.

- Sabes, é que eu..., eu também tenho problemas com a comida.

A Ana sorriu e deu-lhe umas palmadinhas nas costas.

- A sério? Porque é que não tinhas dito antes? Podias fazer parte do Grupinho Metabólico!

Mas o segredo da Susi era outro e tinha vergonha de falar nisso.

- Não, eu posso comer de tudo, o problema é que...

- Vá, conta, de certeza que não é tão terrível – e dizendo isto, pegou-lhe no braço e este gesto animou-a a contar tudo:

- Vomito a comida. Em casa, obrigam-me a comer e depois fecho-me na casa de banho e vomito tudo. Na escola faço a mesma coisa. Por isso é que não quero estar com ninguém.

Toma! Já disse tudo!



A Ana ficou de boca aberta. Pensar que alguém que podia comer de tudo não quisesse...enfim, o mundo está muito mal repartido!

A Susi era inimiga da comida.

- Porque é que fazes isso?

- Porque quero ser magra. Se engordo, ninguém querará estar comigo.

A Ana disse sem pensar:

- Mas se já ninguém quer estar contigo!

A Susi, ao ouvir isto, notou que se lhe humedeciam os olhos e olhou para baixo.

A Ana, ao dar-se conta de que a tinha magoado, acrescentou:

- Há gente gordinha que tem muitos amigos e gente magrinha que quase não tem.....ter amigos não tem nada a haver com o peso, Susi.

- A Susi, voltou a subir a cabeça. A sua colega de turma tinha razão. Então explicou à Ana que sempre quis ser sua amiga, mas tinha receio de que não gostasse dela. A Ana disse-lhe então que apesar do seu feitio, tinha ido vê-la. E foi porque, desde o primeiro dia, queria que fossem amigas. E também porque gostava de gente um pouco rebelde.

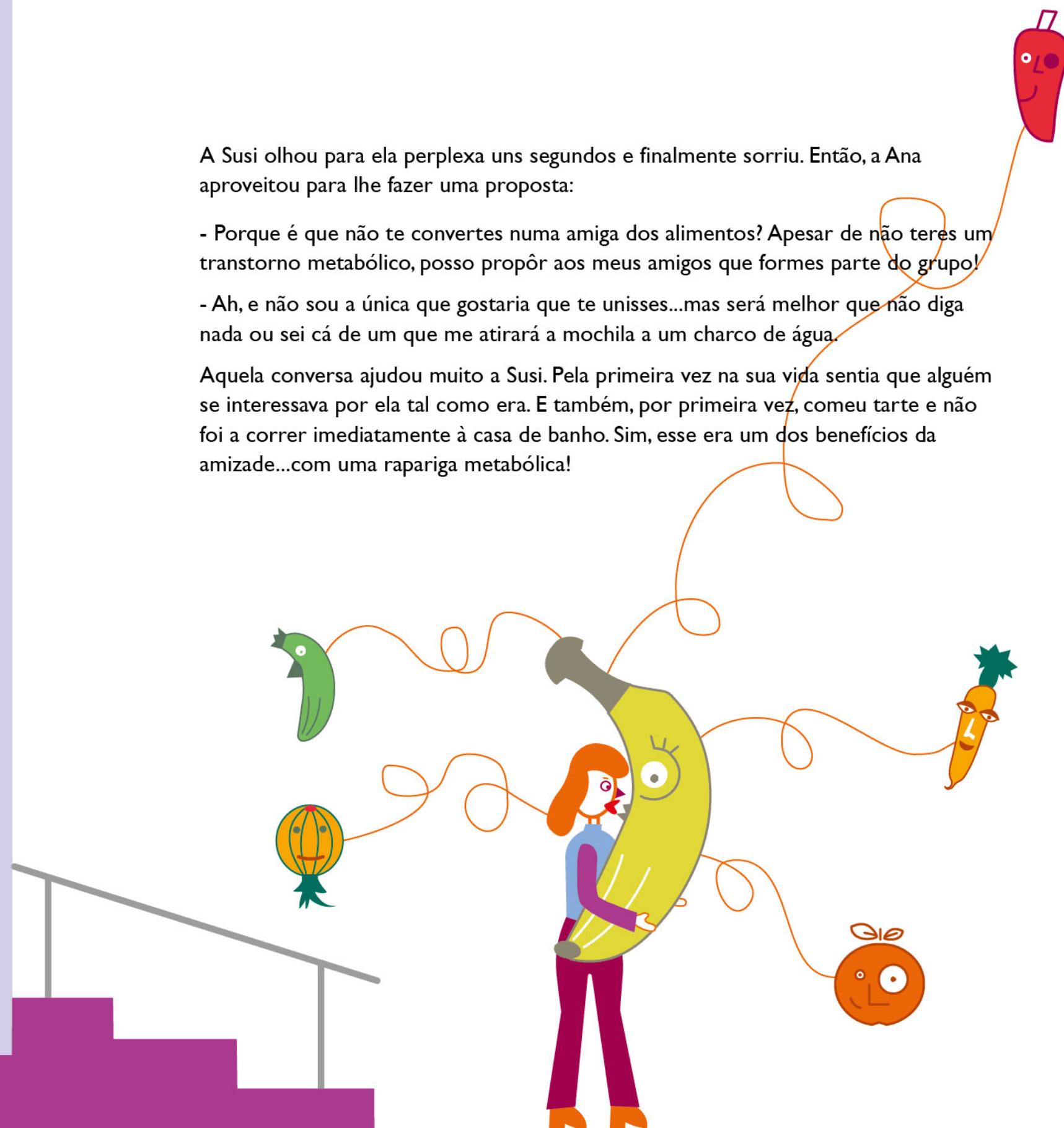


A Susi olhou para ela perplexa uns segundos e finalmente sorriu. Então, a Ana aproveitou para lhe fazer uma proposta:

- Porque é que não te convertes numa amiga dos alimentos? Apesar de não teres um transtorno metabólico, posso propôr aos meus amigos que formes parte do grupo!

- Ah, e não sou a única que gostaria que te unisses...mas será melhor que não diga nada ou sei cá de um que me atirá a mochila a um charco de água.

Aquela conversa ajudou muito a Susi. Pela primeira vez na sua vida sentia que alguém se interessava por ela tal como era. E também, por primeira vez, comeu tarte e não foi a correr imediatamente à casa de banho. Sim, esse era um dos benefícios da amizade...com uma rapariga metabólica!



No entanto, faltava outro mistério por resolver, o dos exames roubados. Quem era? Como é que o fazia? E porquê? As investigações do grupo não davam frutos. Uma tarde, à sombra das árvores da praça da Amoreira, encontraram-se os cinco, incluindo o Tomás, que esperava que o viessem buscar para ir às aulas de violino. O Gabriel, que tomava o seu sumo do capitão PKU, foi o primeiro em falar:

- Começo a ficar farto. Desisto. Decidi estudar mais e apanhar os da outra turma. Não quero mais saber se copiam ou não.

- Tens razão - disse o Arnaldo.- Além disso, é muito difícil que alguém possa entrar na sala dos professores sem ser visto...

Então o Tomás, com a boca cheia de pêra, disse:

- O Elias entra na sala dos professores, e a irmã dele também. A mãe é professora e eles vão ter com ela quando acabam as aulas.

Os outros quatro ficaram mudos. A Laura foi a primeira em reagir.

- Ou seja, há duas pessoas que entram, na sala dos professores sem que ninguém suspeite...

O Arnaldo saltou:

- O Elias não pode ser, é demasiado pequeno.

- Mas a irmã dele....sabes em que ano está Tomás? – perguntou o Gabriel.

- Não, mas é mais velha.

Com esta informação tiveram o suficiente. O Grupinho Metabólico pôs-se em acção e investigaram até resolver o mistério.

A Teresa era a professora de Biologia e tinha dois filhos: o Elias de sete anos e a Branca, de doze, que ia ao outro grupo do segundo ano da Escola de Ensino Básico. Estava claro que ela roubava os exames e os passava aos seus colegas de turma. Foi a Laura quem descobriu como.





Um dia de manhã, a Ana e ela estavam a falar à hora do intervalo com umas miúdas da outra turma e a Laura disse, sem meias tintas:

- Quero pedir á Branca que me consiga o exame de matemática de quinta-feira.

As raparigas ficaram muito surpreendidas, mas como disse aquilo de forma tão natural, responderam-lhe:

- Pede-lhe, mas prepara um euro que os de matemática são mais caros.

- Toma comissão! –disse a Ana utilizando uma expressão do pai dela.

- Pois é. Parece que a mãe dela a castigou sem mesada e ela inventou este sistema para conseguir dinheiro.



Foi assim que descobriram a trama. Quando se voltaram a encontrar com o Grupo, a Ana fez o seguinte comentário sobre a Laura:

-Esta rapariga podia ser actriz!

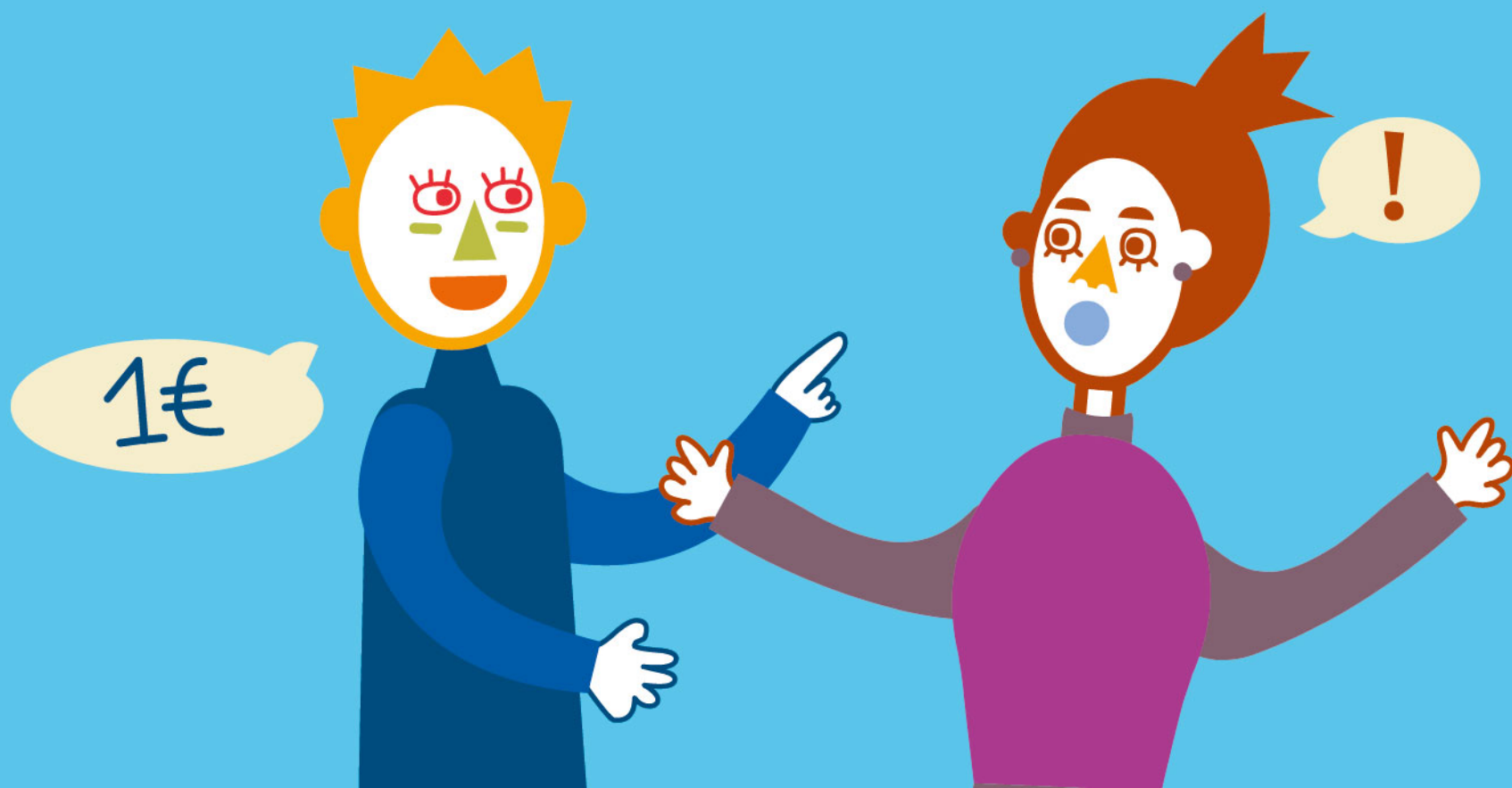
-Não, eu quero ser cozinheira!

Entre as duas lá contaram que a Branca apanhava os enunciados dos exames da sala de professores sem problemas. Acostumada a entrar lá todos os dias para ir ter com a mãe dela, conhecia o lugar onde os professores deixavam as coisas. Só tinha que estar atenta quando ninguém olhasse e Zás! Exame dentro dos cadernos dela.

Os exames



- Ninguém desconfia dela. Há anos que entra e sai da sala de professores.
- Puxa, deve estar rica! Um euro por exame!
- Só os de matemática, os restantes custam 50 cêntimos.
- Se calhar, podíamos fazer negócio com ela, não? – disse a Ana piscando o olho.
- Não faz falta. Estou a atirar as melhores notas da minha vida – disse o Gabriel orgulhoso. – E sem batota!
- Bem, agora que já descobrimos o mistério, quero-vos fazer outra proposta. – disse a Ana com um certo receio.
- O quê? Perguntaram todos em coro.
- Que aceitemos a Susi no Grupinho Metabólico.
- Como?!



A Ana explicou-lhes a conversa que teve com ela. Também lhes disse que a Susi precisava de amigos e que o Grupinho era o melhor lugar para ela porque todos entenderiam o problema dela com a comida. O Arnaldo deu-lhe todo o apoio, mas o Gabriel e a Laura não estavam muito convencidos.

-O problema dela não é um transtorno.

-Claro que é!

-Mas não é Metabólico.

-E depois? É um problema com a comida.

E continuaram a dar-lhe voltas à proposta. Finalmente, o Arnaldo teve uma ideia.

-Então se não pode ser um membro do Grupinho, poderia se uma “simpatizante”...



Todos acharam que seria interessante que o Grupinho tivesse simpatizantes, se bem ninguém sabia exactamente em que consistia. O Tomás encontrou a solução.

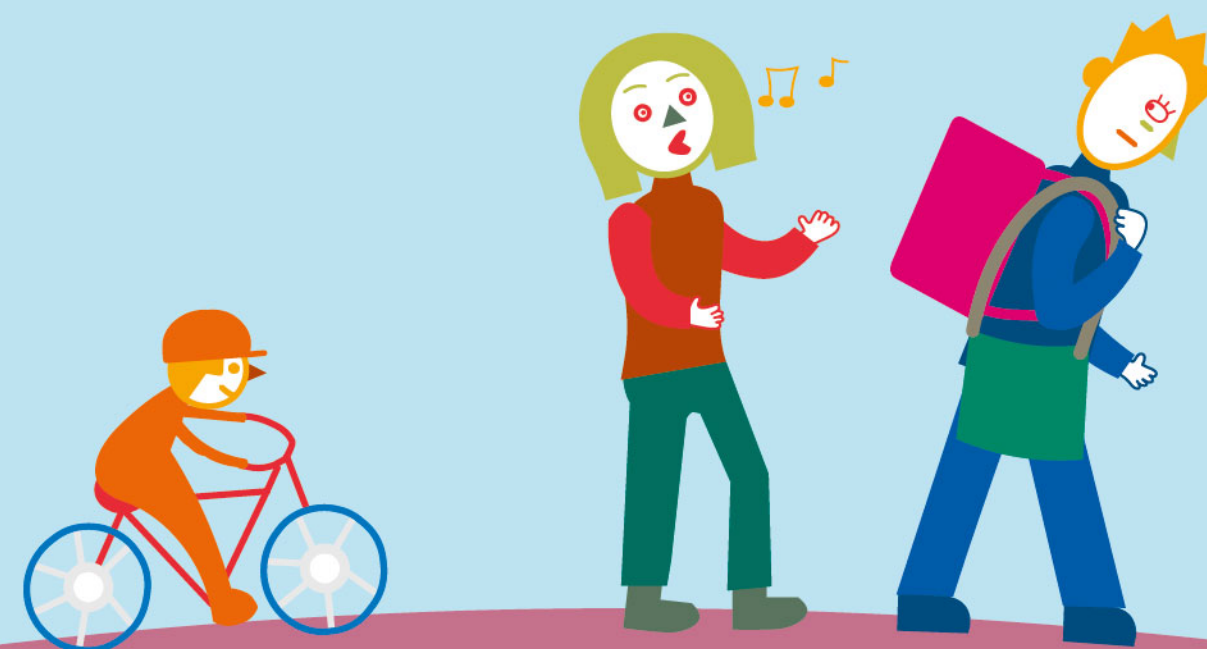
- O Elias não é um dos cinco do Grupinho, mas come connosco e partilha as receitas com os metabólicos.

Todos acharam que seria uma óptima ideia. Quando a Susi trouxesse comida com baixo teor em proteínas, poderia partilhá-lo com os outros, assim seria uma simpatizante.

- Teremos que explicar-lhe o que podemos comer e o que não, para que saiba o que pode partilhar connosco - disse a Laura.

- Não há problema, eu posso-lhe explicar tudo –disse o Arnaldo, muito contente! – Vou-lhe fazer um esquema com desenhos!

Desta vez, a Ana não fez nenhum comentário e conformou-se com piscar o olho aos outros.



As férias do Natal estavam a aproximar-se e a turma do primeiro ano tinham que fazer um trabalho de Artes Plásticas. – Podiam escolher entre um painel ou uma banda desenhada. O Grupinho Metabólico escolheu a banda desenhada. A Laura, se bem que não estava no mesmo ano que os outros, participou também reunindo-se com eles e dando ideias. Ao fim ao cabo, foi ela quem descobriu a ladra dos exames e o Gabriel teve que lhe carregar a mochila de casa à escola, mas não durou um mês nem nada parecido. Ao terceiro dia já se tinha cansado e decidiram que em troca de não carregá-la mais podia reunir-se com eles para fazer a banda desenhada.



Decidiram explicar as coisas que tinham acontecido desde o início do ano lectivo: Os novos colegas de turma, os problemas com a Susi, as boas notas da outra turma, o mistério da sala de professores... Divertiram-se imenso. A única que não ficou muito contente foi a Branca! Quando a banda desenhada chegou às mãos da professora de Artes Plásticas, esta foi falar com a Teresa, a mãe dela e, automaticamente acabaram as boas notas da outra turma. Acostumados a não estudar, a maioria reprovou no exame seguinte. A turma dos metabólicos partiram-se a rir.

- Estes professores, enfim! Será possível que não se tenham dado conta antes que era de suspeitar, com tantas notas boas?
- Bah! Os professores vivem na lua!



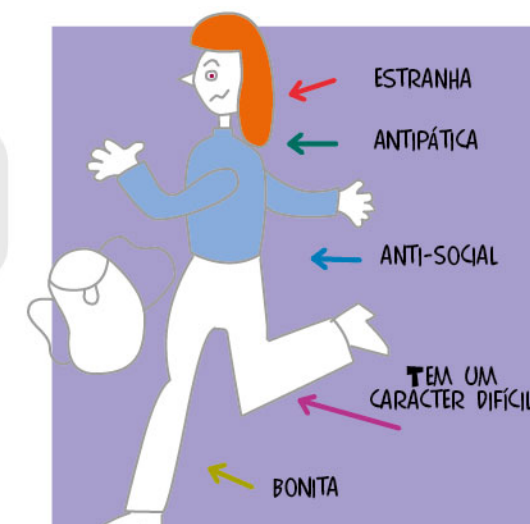
SOMOS O **GRUPINHO METABÓLICO**,
UM GRUPO DE AMIGOS COM MUITAS
COISAS EM COMUM.

O Grupinho
**Meta-
bólico**

ENTRE ELAS, UM
METABOLISMO
MUITO ESPECIAL.



No nosso ano há duas turmas: A e B



Quando eu crescer, vou ser um artista!



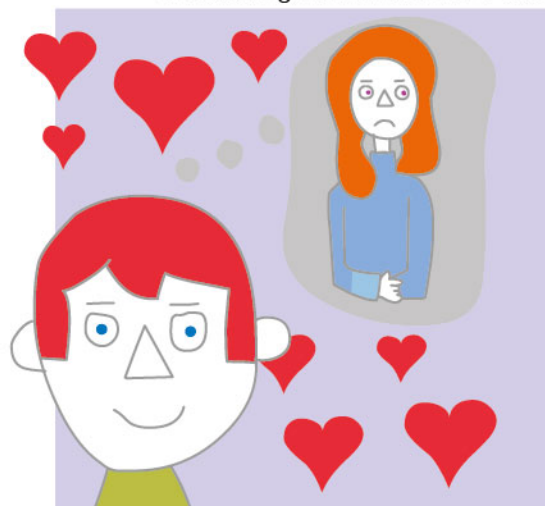
Quando crescer vai ser cozinheira.



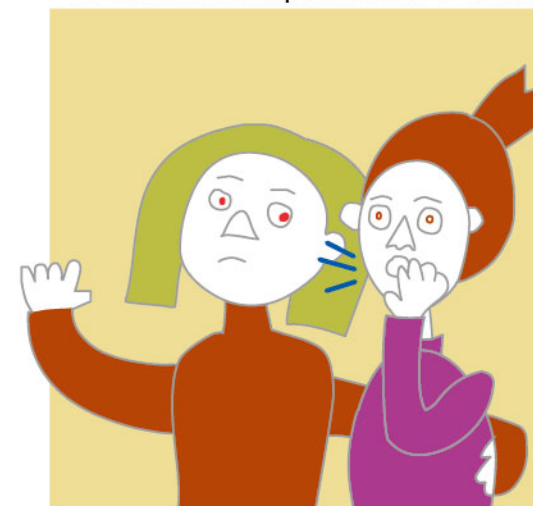
No futuro, vai ser científico.



O Arnaldo gostou dela desde o início.



A Ana mete-se sempre onde não é chamada.



Na outra turma há um rapaz novo. É da Ucrânia



No futuro, quero ser fabricante de violinos.



Um dia, vai ser saltimbanco



Chama-se Yuri, tem os olhos azuis e está a aprender a nossa língua.



Ok, seguimos. O ano começou bem, mas logo a seguir...



No entanto, na turma A...

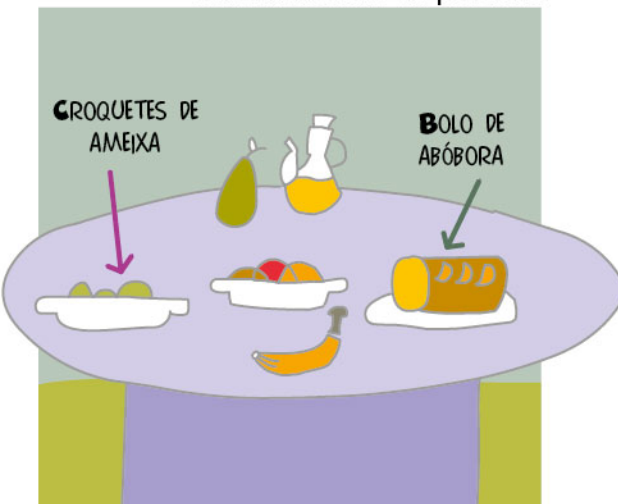
O Gabriel não suportava que tirassem melhores notas que ele ...



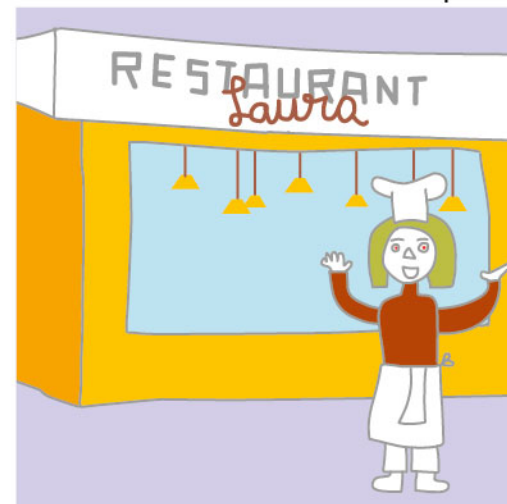
por isso tínhamos que descobrir o mistério.



Nos encontros, trazemos todos um bom lanche baixo em proteínas.



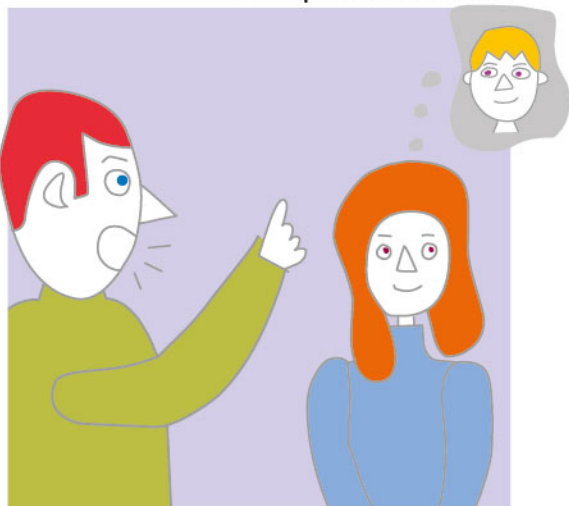
Um dia abrirá um restaurante "especial".



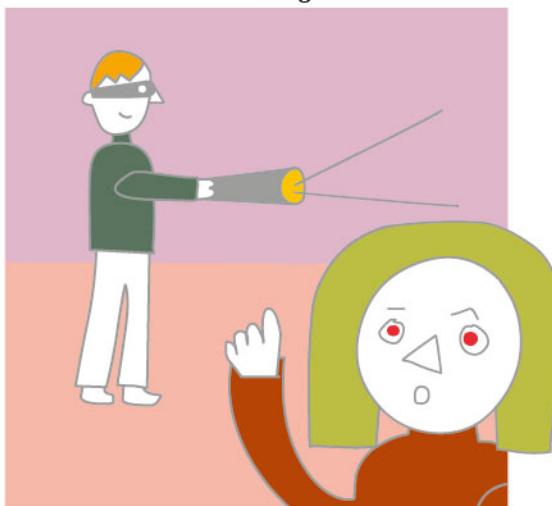
O Elias, o amigo do Tomás, juntou-se à nossa mesa. Tem acidúria glutárica.



Primeiro suspeitávamos do Yuri.



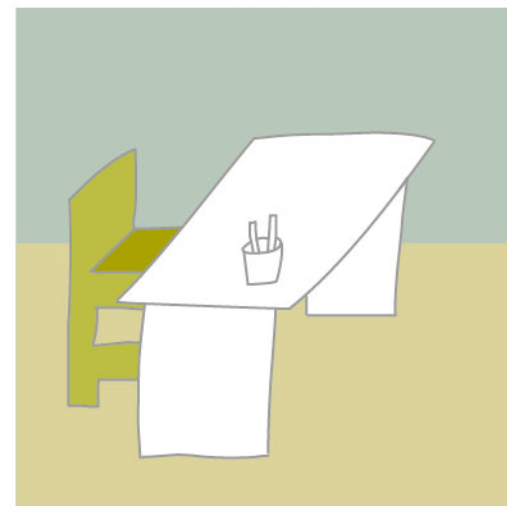
Mas descartámo-lo porque não o imaginávamos a roubar.



Temos que procurar noutra direcção.



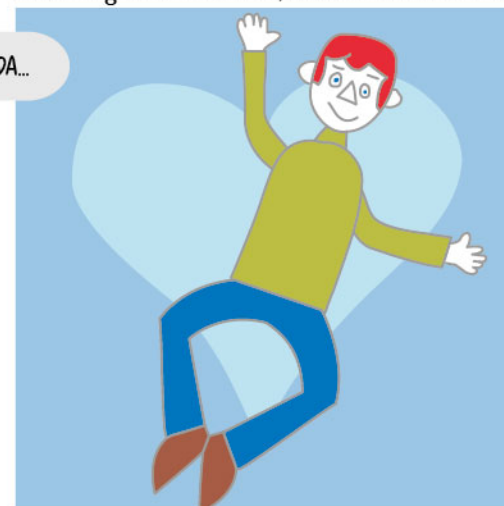
A Susi tinha cada vez mais problemas. E um belo dia não veio às aulas...



A Ana foi visitá-la e descobriu qual era o seu mistério.



Não imaginam o Arnaldo, como ficou contente!



Na cantina não podemos falar. fazemos intercambio de receitas.



SUMO DO CAPITÃO PKU

MOUSSE DE CEBOLA E COGUMELO

HAMBÚRGUERES VEGETAIS

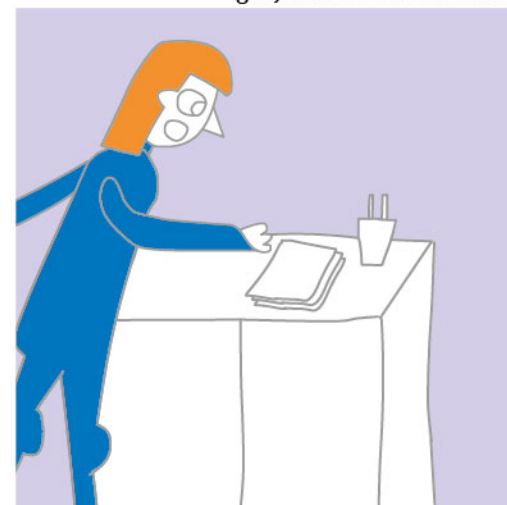


ALGUNS DE NÓS AJUDAMOS A COZINHAR.

!QUE BOM!



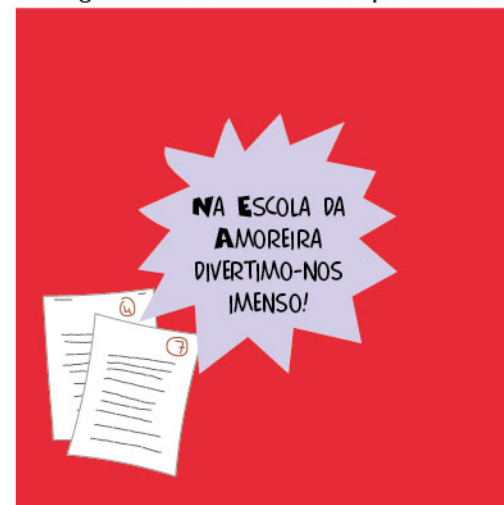
Descobrimos o mistério dos exames graças ao Tomás e ao Elias.

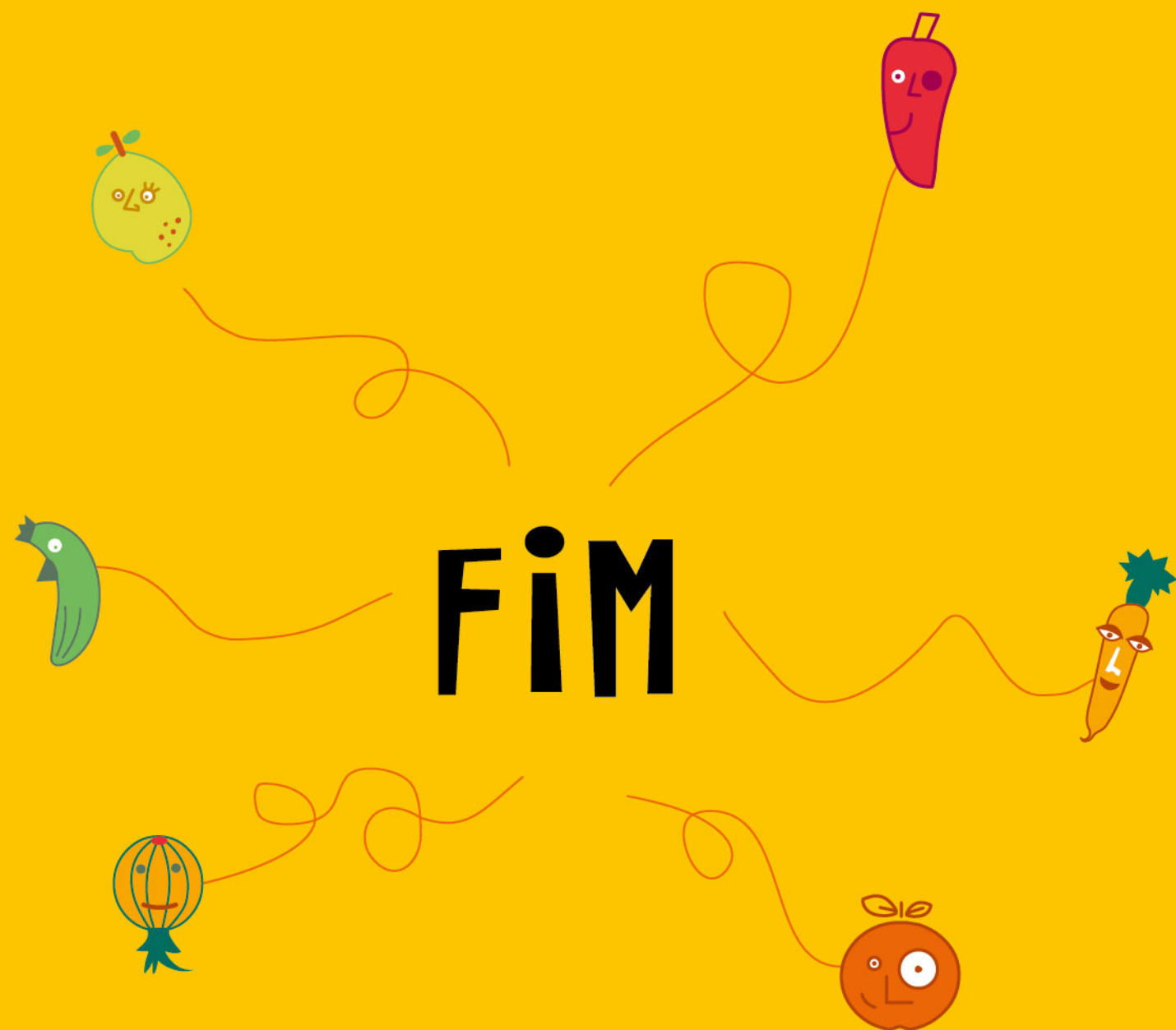


É a filha de uma professora: entra e sai da sala de professores sem que ninguém suspeite de nada.



Agora todos tiram as notas que merecem!





Erros congênitos do metabolismo: são um grupo, muito numeroso, de doenças pouco frequentes (“raras”), causadas por alterações hereditárias do DNA. Essas mutações dão origem a proteínas que não funcionam corretamente e que causam uma alteração no metabolismo, porque interrompem algum dos seus ciclos, gerando a acumulação de substâncias indesejáveis.

Algumas destas doenças, as que afetam o metabolismo dos aminoácidos e ácidos orgânicos, tratam-se com dietas especiais para impedir que se acumulem produtos tóxicos que podem afetar o cérebro ou outros órgãos da criança afetada.

O tratamento exige, pois, dietas com alimentos com baixo teor de proteínas (carne, peixe, ovos, leite e derivados) e que são substituídos por uma fórmula especial (como o “sumo do Capitão PKU”, falado no conto) sem as referidas substâncias prejudiciais mas com todas as outras que são necessárias à nossa saúde.

PKU ou fenilcetonúria: erro congénito do metabolismo da fenilalanina, que origina a acumulação desta substância no sangue, urina e tecidos, causando danos sobretudo a nível cerebral.

Homocistinúria: erro congénito do metabolismo da homocisteína, que causa a sua acumulação no plasma, urina e nos tecidos, danificando o cérebro, os ossos, os olhos e a circulação sanguínea.

Amónio: as proteínas são formadas por uma longa cadeia de aminoácidos que ao romper-se liberta amónio, uma substância muito tóxica para o cérebro. O nosso organismo elimina o amónio convertendo-o em ureia - através de um conjunto de reações cíclicas, o chamado ciclo da ureia – que não é tóxica e se elimina facilmente na urina.

Citrulinemia: defeito no ciclo da ureia e que causa acumulação de amónio e citrulina no sangue, urina e no cérebro ao qual causa especial dano.

Leucinose (doença da urina em xarope de ácer ou doença da urina em xarope de bordo): erro congénito do metabolismo de alguns aminoácidos - leucina, isoleucina e valina - que causa acumulação no plasma, urina e tecidos de produtos neurotóxicos, que cheiram a xarope de ácer (o que dá nome à doença). A leucina e um seu derivado são os compostos que se acumulam mais e também são os mais tóxicos. Por isso, esta doença também é conhecida como leucinose.

Acidúria glutárica: é uma doença hereditária do metabolismo da lisina, e caracteriza-se pela acumulação e excreção na urina, plasma e tecidos de elevadas quantidades de diferentes ácidos orgânicos e seus derivados conjugados, alguns dos quais são tóxicos para as células.

Os Segredos da Amoreira



Outros títulos da colecção:

Pegadas misteriosas • Uma receita premiada

Todas as pessoas são diferentes, por dentro e por fora. É verdade! Umas são morenas e têm pernas compridas; outras são loiras e mais redondinhas; algumas têm as orelhas pequenas e outras os olhos enormes e arregalados. Isto é o que podemos ver por fora. Mas no interior do nosso corpo também há diferenças. Algumas pessoas não podem comer açúcar; outras não toleram o leite nem os derivados láteos; há quem tenha alergias ou não possa comer proteínas animais... por sorte, assim como há roupas para todo o tipo de corpos, existem alimentos adaptados a todos os tipos de metabolismo.

No conto *Pegadas Misteriosas* podes conhecer a Ana, o Arnaldo, o Gabriel, a Laura e o Tomás que são meninos e meninas com as suas características individuais e que têm em comum um metabolismo... diferente. Com eles, os seus amigos e famílias, vais descobrir coisas sobre a fenilcetonúria, a galatosemia, a Doença da Urina do Xarope de Bordo (leucinose) ou a citrulinemia e viverás com eles muitas aventuras misteriosas, divertidas e emocionantes.

Com a Grupinho Metabólico vais aprender muitas coisas sobre doenças e alimentação ao mesmo tempo que te divertes com as peripécias deste simpático grupo de amigos.

