

# El horno de la abuela

Elena Aguayo Pedraza



Ayuntamiento de Málaga

Área de Accesibilidad Universal





# El horno de la abuela

Elena Aguayo Pedraza



Ayuntamiento de Málaga

Área de Accesibilidad Universal



### *Diseño y Maquetación:*

factor ñ  
[www.factorñ.com](http://www.factorñ.com)

### *Imprime:*

Gráficas Anarol S.L.  
Polígono Industrial Alameda  
C/ Sal Marina 3, 29004 - Málaga

### *Edita:*

Área de Accesibilidad Universal.  
Ayuntamiento de Málaga

### *Depósito Legal:*

XXXXXXXXXXXX

# El horno de la abuela

Elena Aguayo Pedraza





# Prólogo

Vamos tan rápido, que hemos de mirar hacia atrás para ver que nos pasa..., Llegamos tarde casi siempre, no somos conscientes de lo que nos rodea y lo peor de todo es que no vemos como, cada acción que realizamos, es capaz de modificar nuestra vida.

Por eso es necesario estar atentos, y descubrir cuando tenemos delante, ese semáforo rojo que nos avisa de la necesidad de parar y retomar de nuevo el camino de forma lenta, disfrutando de lo que nos rodea y sobre todo de las pequeñas cosas que la velocidad nos impide reconocer.

En ésto son expertos los padres y madres que ven como su vida cotidiana da un vuelco y pasa a ser diferente, y aprenden a modificar hábitos

alimenticios, a llevar la imaginación a la cocina, a inventar historias de pequeños héroes que vencen las dificultades de ese desconocido compañero de viaje llamado "gluten".

Este cuento es una parada en el camino, mientras esperamos que el semáforo se ponga verde para poder avanzar, con la seguridad de que lo importante son las pequeñas cosas que nos hablan de nuestro bienestar..., sólo hay que prestar un poco de atención.

Gracias a ACEMA por enseñarme cuán importantes son.

El mejor de mis deseos,

Raúl López Maldonado  
Concejal Delegado  
Área de Accesibilidad Universal  
Ayuntamiento de Málaga  
Málaga, febrero de 2009



*Con cariño para mi hija Laura  
y sus amigos celíacos  
Nacho, Pablo y Diego.*

*Elena A. P.*



# El horno de la abuela

Nunca había existido un niño tan glotón y de tan buen comer como Javier. Tal podía ser que decían que podía andar, comer, hablar y reír al mismo tiempo.



Unos dicen que solo comía, otros que comía y hablaba, otros... En fin, que cada uno decía una cosa, y resulta que es que a Javier le gustaban mucho los dulces y el pan del horno de su abuela.



Fueron pasando los años, y cuando Javier rondaba los cinco empezó a encontrarse mal, se pasaba el día gruñendo y peleando, siempre de mal humor y cada vez más triste,

por eso su madre un día le preguntó:

*-¿Qué te pasa hijo mío?, ¿por qué estás tan triste?*

A lo que Javier le contestó:

*Mama, soy el niño más bajito de mi clase, todos me dicen cosas feas y me duele mucho la tripa.*



Después de ésto, María, que es la mamá de Javier, no dudó en llevarlo a su pediatra, ya sabéis, el médico de los niños.

En cuanto entraron en la consulta el doctor Juan, que es el pediatra de Javier, le preguntó a éste:

- *Bueno, ¿qué le ocurre a este niño?*, y Javier contestó:

- *Me duele la tripa, cada vez hago más caca, siempre estoy en el water, y...*

de pronto, después de mucho hablar se quedó en silencio.

- *¿Qué pasa Javier?, le preguntó el doctor.*

- *Bueno..., es por los niños del cole, se ríen de mi, me dicen enanito gruñón y cacaíto.*

A lo que el doctor Juan, con voz muy calmada y tierna le dijo:

- *No te preocupes, vamos a averiguar que te pasa y verás como todo se arregla.*

Juan se levantó de su silla he invitó a Javier a subirse a un peso grande que allí había, después de pesarlo lo midió, le miró la garganta, el oído,... y hasta la nariz.



Javier no entendía porqué le miraba la garganta, ni el oído, ni la nariz, si lo que le dolía era la barriga, el oído estaba bien ya que escuchaba todo lo que le decían, la nariz estaba bien ya que cuando respiraba entraba y salía bien el aire, la garganta estaba bien ya que...

Bueno que no sabía por qué miraba tanto, así que le preguntó:

*- ¿Qué mira?, si solo me duele la barriga.*

También pensaba, *¿no querrá tirarme de las orejas para que crezca? , no, seguro que no, ¿y si me tapa la nariz para que no haga tanta caca?, no, eso era lo del hipo, que la abuela me dice que me tape la nariz y cuente rápido hasta diez, así, a veces, se me quita el hipo.*

Mientras Javier seguía pensando en sus cosas, su madre y el doctor seguían hablando.

De pronto María, le dice a Javier:

*- Vamos hijo, ya hemos acabado.*

Y se marcharon a casa.

Al día siguiente, acudieron otra vez al médico.

Cuando Javier vió donde iban preguntó:

*- Mamá, ¿para qué venimos otra vez?, ¿me va a mirar otra vez la nariz?, ¿qué vamos ha hacer?...*

y así un rato de preguntas, cuando se cansó he hizo un silencio, su madre le contestó:

*- Vamos a darte un pinchacito para sacarte sangre.*



- ¡¡¡Qué!!!, exclamó Javier asustado.
- A mi no me pinchan que duele.
- Eso no duele, es como cuando te pica un mosquito, no te vas a dar cuenta.
- Pero mamá, el mosquito me hace una roncha después que si pica.



- Cariño, dijo María con voz muy tierna, *esto es como cuando te pica el mosquito pero sin roncha.*

Cuando todo acabó, Javier se fue contento, ya que realmente todo fue como le dijo su mamá, solo había sido un pinchacito y casi no se había dado cuenta.

Al cabo de unos días volvieron a la consulta, esta vez para recoger los resultados de la analítica.

Ya dentro el doctor Juan les comentó que Javier podía ser celíaco, que había que hacer otras pruebas y siguió explicándole a María que lo tiene que ver un especialista en gastrología, ya que las analíticas de Javier daban positivas en unos anticuerpos, por lo que era posible que fuera celíaco.

Mientras el doctor hablaba con la mamá, Javier solo pensaba; *celíaco, ¿eso qué es?, si yo soy de Málaga, este hombre no sabe ni de donde soy.*

De pronto, el doctor le dice a Javier que tiene que ir a otro doctor que lo va a tratar muy bien y que le va a hacer una prueba en la barriguita.

Tras ésto, se fueron a casa, y pasadas unas semanas visitaron al especialista, el cuál les explicó que había que hacer una biopsia intestinal.



Javier estaba muy asustado, no por lo que hablaban, ya que no lo entendía, si no porque veía a su madre triste y preocupada, pasados unos minutos de nuevo el doctor le dijo:

*- Javier, sé que eres un niño mayor y te voy a explicar lo que vamos a hacer.*

El médico explicó de forma muy sencilla en que consistía la prueba, y la realizó.



Una vez pasado todo, el doctor les confirmó que Javier era celíaco, María se puso a llorar.

*- ¡Celíaco!, ¿eso es que no puede comer nada?, ¿mi niño no va a poder comer nada?,* dijo María entre sollozos.

*- No, su hijo sólo debe llevar una dieta libre de gluten, es decir sin trigo, avena, cebada, centeno, pero puede comer otros muchos cereales como el maíz, el arroz, el mijo, la yuca,...* De todas formas no se angustie, le dijo el doctor, y le dió un folleto. En el folleto se indicaba la asociación de celíacos de Málaga ACEMA, una breve explicación de la enfermedad y un teléfono.

María llamó, pregunto qué hacía, qué podía comer, dónde iba, en fin, muchas preguntas que fueron contestadas, le explicaron que hacer para llevar una dieta sin gluten, le dijeron que siendo estricta con la dieta su hijo se pondría bien en poco tiempo.

Después de unos meses, Javier había crecido mucho, su barriguita ya no le dolía, tenía muchos amiguitos porque ya no era un niño gruñón.

Pero lo más importante es que comenzó a comer como antes, ya que su familia cambió la harina de trigo por una harina sin gluten, y se le hacían esos dulces y ese pan que tanto le gustaban en el horno tan especial de su abuelita.



\* Fin \*





*Elena Aguayo Pedraza*

Nacida el 19 de abril de 1974, esta malagueña relata en su primer cuento infantil publicado oficialmente, cómo una familia y en especial su protagonista Javier, descubren que éste es celíaco.

Este relato tiene una moraleja esencial, y es que la vida es igual con o sin gluten.



**Ayuntamiento de Málaga**

Área de Accesibilidad Universal

