

Saúde

A abordagem da medicina tradicional chinesa

Candidíase

A candidíase resulta do crescimento excessivo de um fungo do tipo levedura, denominado *Candida albicans*. As células da *Candida* fazem parte da flora normal de nossos corpos. Podemos encontrá-las na nossa boca, no nosso intestino, assim como noutros órgãos. Nas mulheres, pode ser também encontrada na vagina. Quando crescem sem controlo, podem causar uma série de problemas de saúde, incluindo distúrbios digestivos, fadiga e infeções vaginais.

Embora a medicina chinesa não tenha um diagnóstico tradicional de “candidíase”, existe uma estrutura de diagnóstico e uma abordagem de tratamento para esta patologia, como não podia deixar de ser.

Existem medicamentos que promovem o crescimento excessivo destas células tipo levedura, quer seja porque matam as bactérias benéficas, quer porque interferem com as funções hormonais normais do organismo. Estes medicamentos incluem antibióticos, quimioterapia, reposição hormonal, corticosteróides e contraceptivos orais. A dieta inadequada, com excesso de consumo de produtos de levedura, açúcar ou álcool, também pode promover o crescimento deste fermento. Para a MTC, estes alimentos perturbam o equilíbrio do Baço, produzem humidade, e criam o ambiente perfeito para o crescimento da levedura.

Pessoas com sistema imunitário debilitado ou com distúrbios da glândula endócrina são mais propensas a desenvolverem candidíase, assim como pacientes com Sida, cancro ou diabetes.

Na medicina chinesa, o equilíbrio é o conceito mais importante na manutenção da saúde. O Yin e o Yang, devem estar em equilíbrio para que possamos estar de boa saúde. O mesmo se aplica às células de levedura e bactérias do nosso corpo: muitas células de levedura, resultam no aparecimento de candidíase.

Triplo Aquecedor: um conceito em Medicina Tradicional Chinesa

O Triplo Aquecedor é um dos seis órgãos Yang do corpo. Ele inclui o Aquecedor Superior (coração e pulmão), o Aquecedor Médio (baço e estômago) e o Aquecedor Inferior (fígado, intestinos, bexiga e rins). Na medicina chinesa, o Triplo Aquecedor regula as atividades dos outros órgãos internos e participa no metabolismo fluido.

A medicina tradicional chinesa reconhece o desenvolvimento e a proliferação do fungo *Candida* no corpo como uma condição relacionada com o triplo aquecedor. O Aquecedor Médio e, particularmente, o baço, é visto como a chave para este problema de saúde. O baço é responsável por processar a comida e líquidos que ingerimos e processá-los para os transformar em Qi (energia) e sangue, que são o verdadeiro “combustível” de nossos corpos. Quando o baço está a funcionar bem, o Qi e sangue estão em equilíbrio, logo a flora intestinal está em equilíbrio. Não há excesso de líquidos ou humidade no nosso sistema, pelo que o alimento é digerido corretamente e distribuído, sendo o sistema imunitário alimentado pelo Qi e pelo sangue. Na maioria dos casos de candidíase, o problema começa com um desequilíbrio do baço, que pode então, avançar para distúrbios digestivos, movimentos intestinais irregulares, diarreia, obstipação e/ou fadiga. Na ausência de tratamento ou com tratamento inadequado, o desequilíbrio espalha-se a partir do baço e do meridiano do baço para outros órgãos e meridianos. Nesta fase, a condição será diagnosticada como uma infeção sistémica por fungos. Quando o sistema baço está enfraquecido, acumula-se humidade-calor no Aquecedor Inferior, e desenvolve-se um ambiente ideal para o crescimento da levedura.

Sintomas: Corrimento vaginal branco semelhante a queijo cottage, prurido genital ou vaginite podem ocorrer. Quando o sistema do baço é perturbado, pode acumular-se calor e fogo no aquecedor superior, fazendo com que uma infeção da cavidade oral denominada sapinhos se possa igualmente desenvolver.

Na candidíase, há casos em que os sintomas só aparecem numa parte do triplo aquecedor mas, em muitos casos, os sintomas espalham-se pelas três regiões do mesmo. Como explicado anteriormente, o transtorno do Aquecedor médio (baço e estômago) é o factor chave no aparecimento e desenvolvimento da candidíase. Quando a energia do baço é enfraquecida pela má alimentação, medicamentos ou outros fatores, a sua capacidade de transformar a humidade e os nutrientes é diminuída. O baço, em seguida, não consegue absorver adequadamente e utilizar os nutrientes dos alimentos que comemos, e é, portanto, incapaz de produzir quantidades saudáveis de Qi e de sangue. Assim, a primeira etapa da candidíase é quase sempre uma desordem do baço (Aquecedor Médio). Se tratada adequadamente, nesta fase, com reequilíbrio do baço e estômago, o problema será resolvido sem sintomas relacionados com a levedura. Mas candidíase não é tem um padrão de doença bem definido. É difícil de diagnosticar nos estágios iniciais, e muitas pessoas ignoram completamente que estão a desenvolver um problema grave.

Plano de tratamento com Medicina Chinesa

Etapa 1. Purificação

Na medicina chinesa, uma limpeza completa é o primeiro passo para tratar a candidíase. Quando os nossos sistemas orgânicos estão cheios de resíduos, humidade e toxinas que contribuem para o crescimento de levedura, é necessário excretá-los para fora no nosso corpo.

Para a candidíase, a gestão da dieta por si só não é suficientemente forte para limpar o organismo, ou pode levar demasiado tempo. Assim sendo, deve-se combinar a dieta adequada com ervas chinesas e acupuntura para se poder alcançar este objetivo mais rapidamente.

Com fitoterápicos (à base de plantas), o objetivo é limpar o organismo de humidade, fleuma e calor. Estes são vistos como os fatores causadores de candidíase. As ervas mais usadas incluem gentiana (long dan cao), melia (lian zi chuan), agastachis (huo xiang), cardamomo (bai dou Kou), saussurea (mu xiang), calota craniana (Huang Qin), coptis (huang lian), e phellodendra (bai huang).

Passo 2. Tonificar

Depois dos resíduos, toxinas e humidade serem removidos do nosso organismo, então, temos que tonificar o nosso corpo, reparando os danos e restabelecendo o equilíbrio, caso contrário o factor patológico voltará.

Ervas tonificantes habitualmente usadas na tonificação incluem astragalus (huang Qi), codonopsis (Dang Shen), atractylodes (bai zhu) e dioscorea (shan yao).

Alimentação

Os pacientes com candidíase devem retirar da alimentação o pão, queijo, cogumelos, vinagre, molho de soja, molho barbecue. Contudo, existem outros alimentos à base de levedura, tais como bolachas, biscoitos, cereais secos, miso, tempeh, legumes em conserva, cerveja e outras bebidas fermentadas que devem igualmente ser abolidas da alimentação.

Já o grão, macarrão, pão não-levadado e arroz branco são recomendados, por serem fáceis de digerir.

O arroz integral e arroz selvagem têm mais nutrientes que o arroz branco, contudo consomem mais energia para serem digeridos, e é recomendado para as pessoas com deficiência do Qi do baço não os comer muitas vezes.

Certos vegetais são extremamente terapêuticos para quem desenvolve infeções fúngicas, tais como rabanete, que pode ajudar a limpar o organismo e é conhecido como um "removedor de humidade".

A família de alimentos de cor amarela, como inhame e abóbora são fortemente recomendados do ponto de vista da medicina tradicional chinesa, pois tonificam e fortalecem o meridiano do baço.

Medicamentos à base de levedura, tais como a penicilina, micina, cloromicetina, e tetraciclinas devem ser evitadas, assim como suplementos à base de levedura de vitamina B.

Se sofre deste tipo de patologia, procure um profissional de medicina chinesa credenciado e... Sorria com Saúde!

Helena Rodrigues

Especialista de Oncologia em Medicina Chinesa

