

ERNST SCHNEIDER

A CURA E A SAÚDE PELOS ALIMENTOS

versão eletrônica pelo [Projeto Periferia](#)

[Capítulo 1 - As Nossas Deficiências de Saúde e a Sua Compensação Natural](#)

[Capítulo 2 - Frutos](#)

[Capítulo 3 - Legumes e Verduras](#)

[Capítulo 4 - Condimentos](#)

[Capítulo 5 - Alimentos Fornecedores de Energia](#)

[Capítulo 6 - Alimentos de Origem Animal](#)

[Capítulo 7 - Regimes Depurativos](#)

[Capítulo 8 - Doenças do Sistema Circulatório](#)

[Capítulo 9 - Doenças do Aparelho Digestivo](#)

[Capítulo 10 - Doenças do Metabolismo](#)

[Capítulo 11 - Doenças da Pele](#)

[Capítulo 12 - Doenças do Sistema Nervoso](#)

[Capítulo 13 - Tuberculose](#)

[Capítulo 14 - A Alimentação na Gravidez](#)

[Capítulo 15 - A Alimentação na Criança Moderna](#)

[Capítulo 16 - O Câncer](#)

[Capítulo 17 - Comentário Final](#)

[Capítulo 18 - Normas Fundamentais Para a Preparação de um Regime Sadio](#)

[Capítulo 19 - Receitas Culinárias](#)

Tuberculose

Capítulo 13

Tal como em outros tempos, também é hoje o tratamento geral a base do tratamento especial dos tuberculosos. O emprego dos modernos medicamentos químicos e antibióticos não faz senão reforçar o organismo na sua luta defensiva contra a infecção. Mas a máxima força da resistência contra as infecções é obtida pelo organismo humano nos elementos da alimentação. Por isso temos que lhes dar a maior importância no tratamento da tuberculose.

Deve o Tuberculoso «Nadar em Gordura»? -- Como a tuberculose se tem contado sempre entre as doenças infecciosas crônicas «consumptivas», predominou durante muito tempo o critério de que os tuberculosos deviam comer o mais possível. Mas, pensando-se assim, esquecia-se que a defesa contra a infecção estendia até ao máximo as forças do organismo e que, portanto, a superalimentação não só era inútil como também viria a ser prejudicial com a conseqüente carga no metabolismo e na circulação. Os casos excepcionais em que se indica uma «cura de engorda», ordenada e controlada por médico, nada indicam.

Mantém-se hoje o critério de que o tuberculoso deve ser perfeitamente alimentado, isto é, pelo modo mais natural e prudente possível, deixando que a quantidade consumida esteja de acordo com o apetite.

A Alimentação Fundamental do Tuberculoso -- Com respeito ao tipo de alimentação que o tuberculoso deve consumir para se alimentar, muito se tem escrito e continuará a ser tema para mais escritos. Alguns autores julgam conveniente o consumo abundante de hidrocarbonatos, ao passo que outros aconselham a sua redução. Também não falta quem aconselhe muita carne, ao passo que outros, pelo contrário, indicam um regime rigorosamente vegetariano ou exclusivo em vegetais crus. Para alguns outros, é favorável o efeito do metabolismo de minerais, ao passo que para outros, é prejudicial.

Durante muito tempo pareceu que nunca se poderiam estabelecer normas gerais acertadas para a alimentação dos tuberculosos. Mas, pouco a pouco, foram-se tornando mais claras algumas características.

Considera-se geralmente necessária e eficaz uma alimentação rica em vitaminas e, sobretudo, em cálcio, para o que se deve insistir em que, juntamente com o consumo de vegetais, legumes, fruta, manteiga e óleo de fígado de bacalhau, não é necessário acrescentar

vitaminas na forma de medicamentos, pois inclusive esse excesso pode tornar-se prejudicial. Se a alimentação contiver leite e queijo branco em abundância, Já se consegue o cálcio suficiente. Como é natural, o leite e os seus produtos devem proceder de animais não tuberculosos, embora esta exigência seja difícil de satisfazer na prática. O consumo de cálcio puro carece de sentido se não for retido pelo organismo. A fixação do cálcio nos tecidos consegue-se mediante o óleo de fígado de bacalhau (rico em vitamina D3), a luz solar e os raios ultravioletas. O regime sem sal conseguiu os seus maiores êxitos na tuberculose cutânea e óssea.

Para o cumprimento do regime faremos referência ao que se disse sobre o regime sem sal no capítulo, sobre doenças da circulação.

O Regime Sem Sal Como Tra-

314

tamento Básico -- Não se deve concluir de tudo isto a idéia de que um regime rico em vitaminas, cálcio e fermentos, assim como pobre em sal, leve por si só à cura da tuberculose nas suas diversas modalidades. Mas este regime deve ser sempre o tratamento básico. Deve criar sempre e em cada caso as melhores condições prévias para o restante tratamento climatológico, medicinal e, em determinados casos, cirúrgico, devendo ser sempre decidido pelo médico o que há a fazer. A tuberculose da pele (*lupus vulgar*) cura-se muitas vezes só com a alimentação sem sal. Mas hoje não se deve deixar de adicionar também a vitamina D2 ou D3, em forma de comprimidos, cujos excelentes resultados já estão confirmados, ou qualquer outro produto antituberculoso moderno, cuja eficácia fica reforçada pela vitamina B2 (lactoflavina).

Outros Elementos Necessários Para a Alimentação na Tuberculose -- É também importante o conteúdo em ferro do regime alimentar dos tuberculosos. No desenvolvimento da infecção tuberculosa, como no de qualquer outra infecção, produz-se maior necessidade de ferro, pela atividade dos tecidos defensivos (o denominado sistema *retículo-endotelial*). A análise do teor em ferro do sangue permite inclusive obter conclusões a respeito da atividade do processo. Quando esta é considerável, torna-se menor o teor de ferro do plasma sanguíneo, e à medida que as melhoras vão aumentando a proporção vai-se tornando normal. A necessidade de mais ferro, evidente nos tuberculosos, obriga à introdução constante, prudente e natural de ferro no organismo o que se consegue escolhendo alimentos convenientes, como maçãs, morangos, uvas, ameixas, urtigas, saladas de alfaces, espinafres, aspargos, cevada, aveia, centeio, milho, lentilhas, rabanetes e cenouras.

Os Tratamentos Cirúrgico, Físico e Farmacológico na Tuberculose -- O tratamento cirúrgico da tuberculose tem um campo de ação claramente delimitado que uma grande experiência tem criado. O tratamento medicinal, mediante específicos modernos que combatem os bacilos, tem atingido um grande nível nos últimos anos, demonstrando que aqueles podem ser destruídos pelos remédios farmacêuticos. Estas possibilidades de cura ficam completas com o tratamento de raios solares e pelo moderno critério dietético, mediante uma alimentação integral, natural e prudente. Um método nada significa por si só, pois fica condicionado e completado por outro. Só quando a alimentação acertada estimula as forças defensivas do corpo é que os específicos antituberculosos e os raios solares ou, no seu caso,

a intervenção cirúrgica, podem atacar o foco purulento tuberculoso isolado para que, finalmente, o corpo vença a grave enfermidade.

315

Fim do Capítulo 13 de *A Cura e a Saúde Pelos Alimentos*

versão eletrônica pelo [Projeto Periferia](#)

periferia@mail.com

Caixa Postal 52550, São Miguel Pta., São Paulo-SP, BR-08010-971