

Entendendo a Alta Imunologia

Não podia deixar de falar sobre doenças autoimunes, pois elas têm se tornado cada vez mais recorrentes nos consultórios, e muitas pessoas ainda não entendem o que são. Uma doença autoimune ocorre quando o próprio corpo começa a produzir anticorpos que vão destruir células saudáveis. Para ilustrar, imagine que você tem soldados no seu exército, prontos para a batalha, mas esse batalhão começa a matar civis inocentes. É mais ou menos isso que acontece com as doenças autoimunes. Elas aumentaram consideravelmente nos últimos anos, principalmente o hipotireoidismo de Hashimoto, psoríase e artrite reumatoide.

Quando pensamos sob a ótica da medicina alopática, as doenças autoimunes não têm cura. O tratamento visa apenas controlar os sintomas e atuar diretamente no órgão afetado. Por exemplo, se uma doença autoimune destrói as células Beta do pâncreas, responsáveis pela produção de insulina, o tratamento será a reposição de insulina. Se a doença afeta a tireoide, pode-se repor o hormônio T4. Em casos de artrite reumatoide, o uso de corticoides pode ser indicado. No entanto, é importante entender que nada acontece por acaso. Por que o paciente está desenvolvendo uma doença autoimune? Se o corpo está produzindo anticorpos, isso é um sinal de que algo no organismo não está bem.

Como mencionei no início do vídeo, tudo o que entra no corpo passa pelo intestino. Devemos refletir sobre o que estamos permitindo que entre no corpo. Quando a membrana intestinal, formada pelos enterócitos, está comprometida, há uma "abertura" permitindo a entrada de substâncias que normalmente não deveriam passar. Essa é uma das principais causas das doenças autoimunes. Esse processo é explicado pelo que chamamos de "mimetismo molecular". O mimetismo molecular é a similaridade entre estruturas de diferentes substâncias. Por exemplo, quando você ingere glúten, que é difícil de quebrar, o corpo pode não reconhecê-lo como algo a ser utilizado, e, em vez disso, produzir anticorpos para combatê-lo. Esses anticorpos, no entanto, podem atacar outras estruturas do corpo que são semelhantes, provocando a doença autoimune.

Muitas pessoas já escreveram sobre isso, como o Dr. Alessio Fasano, que demonstrou como muitas doenças autoimunes se originam a partir dessa produção de anticorpos. Para ilustrar, podemos imaginar que o intestino é como a porta de um condomínio, e, se o "porteiro" (o intestino) está doente e não pode cumprir seu papel de filtrar as substâncias, o síndico (o corpo) decide deixar a porta aberta, permitindo a entrada de "intrusos". Esses "intrusos" precisam ser combatidos por uma resposta imune que, às vezes, acaba atacando também estruturas saudáveis.

O tratamento para restaurar a função intestinal é crucial, e um dos métodos conhecidos é o "tratamento 4R", que envolve as seguintes etapas: retirar, reparar, reinocular e repor. O primeiro passo é retirar alimentos inflamatórios, como soja e açúcar, que prejudicam o biofilme intestinal. Após essa fase, passa-se para o reparo da membrana intestinal, com substâncias como glutamina e vitamina D. A fase de reinocular envolve a reposição de probióticos, como lactobacilos, e a fase final é a reposição de nutrientes essenciais. No entanto, muitos pacientes

falham ao interromper a sequência do tratamento, tratando apenas os sintomas e não a causa do problema, como a disbiose intestinal, que pode ser a raiz das doenças autoimunes.

Além disso, a disbiose intestinal pode ter origens no estômago. Muitas vezes, ela é provocada por uma produção insuficiente de ácido clorídrico, o que impede uma digestão adequada dos alimentos, especialmente proteínas animais. A alimentação inadequada pode piorar o estado da disbiose e contribuir para o acúmulo de substâncias não digeridas no intestino, alimentando bactérias indesejadas. É essencial observar quais alimentos não fazem bem ao corpo e removê-los da dieta para melhorar a saúde intestinal.

É importante lembrar que o trato digestivo começa na boca e termina no ânus, e todo esse percurso deve ser monitorado para garantir que o sistema digestivo funcione corretamente. Muitas vezes, problemas odontológicos ou a ingestão de substâncias prejudiciais iniciam um processo de disbiose que se estende por todo o intestino.