

CANDIDIASIS MUCOCUTÁNEA

La candidiasis es una infección causada por el hongo llamado *Candida*. La candida es un género de hongo del tipo levadura. Existen muchas especies diferentes de esta levadura, de las cuales solo unas cuantas provocan infecciones, entre las que destacan: *Candida albicans*, *Candida glabrata*, *Candida krusei*, etc.

¿Cómo se produce?

Las candidas son unos hongos que se encuentran de forma natural en el medio ambiente, en objetivos inanimados, animales, alimentos y forman parte de la flora saprófita de los humanos en la piel, en el tubo digestivo (boca y orofaringe) y en las mucosas de los genitales femeninos.

Las infecciones por *Candida* se producen cuando se destruye el equilibrio entre el poder patógeno del hongo y los mecanismos normales de defensa del organismo. Esta situación se puede dar cuando se toman antibióticos, pues éstos alteran la flora microbiana normal ya que eliminan las bacterias habituales y los hongos tienen más campo para reproducirse. Otra situación que facilita las candidiasis son las enfermedades que alteran el sistema inmunitario por sí mismas o debido al tratamiento (como el HIV, el cáncer y la quimioterapia o los trasplantes de órganos).

Hay diferentes tipos de infección por *Candida* según su localización: básicamente se dividen en candidiasis mucocutáneas y candidiasis diseminadas.

Las candidiasis mucocutáneas son las que afectan a algunas mucosas o zonas de la piel. Entre las más frecuentes encontramos la candidiasis vulvovaginal en las mujeres, la candidiasis oral (conocida también como muguet) o candidiasis esofágica, y la sobreinfección por cándidas de algunas dermatitis como la dermatitis del pañal en el lactante, o las dermatitis localizadas en zonas de pliegues en las personas muy obesas. Como factores favorecedores de estas infecciones están la diabetes, la inmunosupresión, los tratamientos antibióticos, o la falta de higiene en la dermatitis del pañal.

Síntomas

La candidiasis mucocutánea puede afectar a la piel, membranas mucosas, uñas y vagina, y habitualmente provoca lesiones circulares y que se caracterizan con eritema, fisuras, ardor y dolor.

Dependiendo de su localización, también puede presentar otros síntomas como:

- Dificultad para deglutir y/o deglución dolorosa.
- Fiebre y escalofríos.
- Úlceras en la boca o la parte posterior de la garganta (con herpes o citomegalovirus).
- Dolor ardiente en el pecho detrás del esternón.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

- Leucorrea, eritema de la vulva y de la vagina, moderado prurito y dispareunia.

Prevención

Una dieta variada y equilibrada, rica en nutrientes, incrementará las defensas del sistema inmunológico y lo fortalecerá. Se deben incluir alimentos con un contenido elevado de vitamina C, como limones, naranjas, brócoli y bayas, por ejemplo. Asimismo, se recomienda aumentar el consumo de agua, ya que ayuda a mantener niveles saludables de pH. Se debe evitar la ingesta de productos procesados, sobre todo los que llevan azúcares refinados, ya que estos hongos se alimentan de este tipo de sustancias. También se recomienda eliminar el consumo de café, tabaco y alcohol.

La ansiedad, el nerviosismo y el estrés reducen las defensas del organismo y favorecen el desarrollo de microorganismos causantes de infecciones. Además de darse un tiempo para descansar y relajarse, también pueden ser beneficiosos los masajes, la meditación, el yoga y practicar ejercicio de forma frecuente.

Tratamiento

La infección responde por lo general a tratamiento oral con antimicóticos. No obstante las recurrencias son comunes y los agentes antifúngicos deben ser usados intermitentemente. Cuando las infecciones son recurrentes, los pacientes deben ser valorados anualmente por endocrinología para realizar una vigilancia de endocrinopatías asociadas.

Además, la deficiencia de ciertos nutrientes puede alterar la función inmune y contribuir a la destrucción de la flora saprófita. Por ello, la complementación nutricional puede inducir un efecto terapéutico.

Candidase™ (Enzymedica): Las celulasas que contiene este producto ayuda a destruir la pared intestinal de las Cándidas, y las proteasas ayudan a digerir las proteínas del interior.

Sacardi™ (Saccharomyces boulardii) (HealthAid): En primer lugar, siendo una levadura amigable tiene la capacidad de buscar los mismos sitios de unión en el revestimiento de la pared intestinal como *C. albicans* y eficazmente "multitud", de manera más eficaz y directa que las bacterias probióticas pueden.

En segundo lugar, *S. boulardii* produce y excreta los ácidos cáprico, caprílico y caproico así como otros compuestos beneficiosos. Se ha demostrado que estos compuestos destruyen efectivamente células de *C. albicans*, así como inhiben su capacidad para adherirse al revestimiento intestinal y prevenir la formación de biofilm.

En tercer lugar, otros estudios también han demostrado que *S. boulardii* puede disminuir *C. albicans* en el hígado, el bazo y los riñones en condiciones sistémicas, así como reducir la inflamación.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Tras el tratamiento con Sacardi™ para eliminar la infección por *Candida*, se recomienda ingerir probióticos con *L. acidophilus* como **Acidophilus Plus (HealthAid)**, para reestablecer la flora y reforzar el sistema inmune.

Aceite de ajo (*Allium sativum*) 2 mg (HealthAid): Es un excelente fungicida y germicida, que además ayuda a depurar el organismo y a fortalecer el sistema inmune.

Pau d'Arco Forte (Lusodiete): Combate bacterias, virus y hongos, reduce la inflamación y fortalece el sistema inmunitario.

Uña de gato 475 mg (HealthAid): La uña de gato es antiinflamatoria, antioxidante e inmunoestimulante.

Cardo mariano Complex (HealthAid): Las plantas hepatoprotectoras como el cardo mariano y el diente de león protegen al hígado de las lesiones que puede provocar un crecimiento excesivo de *Candida*.

Citrobionic® líquido/comprimidos (Extracto de semilla de pomelo) (Sanitas): El extracto de semilla de pomelo presenta propiedades antifúngicas.

Reishi (*Ganoderma lucidum*), extracto puro (Hawlik) y Champiñón del Sol (*Agaricus blazei*), extracto puro (Hawlik): Aumentan la resistencia del huésped contra algunos agentes infecciosos como *C. albicans*, a través de la estimulación de la actividad microbicida de los macrófagos.

CoQ10 20 mg (HealthAid)/CoQ10 30 mg Complex (Terranova): Elimina las toxinas del organismo y mejora la oxigenación de los tejidos.

Omega 3-6-7-9 (Nutrinat Evolution): Los ácidos grasos esenciales son importantes para proteger las células de nuestro organismo frente a este tipo de hongos.