



**BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

**LAILLA PINTO SILVA**

**UMA ABORDAGEM NUTRICIONAL PARA O TRATAMENTO DA CANDIDÍASE:  
REVISÃO DE LITERATURA**

**CONCEIÇÃO DO COITÉ-BA  
2022**

**LAILLA PINTO SILVA**

**UMA ABORDAGEM NUTRICIONAL PARA O TRATAMENTO DE CANDIDÍASE:  
REVISÃO DE LITERATURA**

Artigo Científico submetido ao Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), para o curso de Bacharelado em Nutrição, Faculdade da Região Sisaleira (FARESI).

Orientadora: Profa. Ma. Larissa Farias da Silva Cruz.

**CONCEIÇÃO DO COITÉ-BA  
2022**

Ficha Catalográfica elaborada por:  
Carmen Lúcia Santiago de Queiroz – Bibliotecária  
CRB: 5/1222

S381 Silva, Lailla Pinto  
Uma abordagem nutricional para o tratamento de  
candidíase: revisão de literatura. /Lailla Pinto Silva.-  
Conceição do Coité:FARESI, 2022.  
17f.;il. Color.

Orientadora: Profa. Ma. Larissa Farias da Silva  
Cruz.  
Artigo científico (bacharel) em Nutrição – Faculdade  
da Região Sisaleira (FARESI). Conceição do Coité,  
2022.

1 Nutrição 2 Assistência 3 Infecção. 4  
Tratamento I Faculdade da Região Sisaleira –  
FARESI.II Cruz, Larissa Farias da Silva. III  
Título.

CDD: 641.1

# UMA ABORDAGEM NUTRICIONAL PARA O TRATAMENTO DE CANDIDÍASE: REVISÃO DE LITERATURA

Laila Pinto Silva<sup>1</sup>

Larissa Farias da Silva Cruz<sup>2</sup>

## RESUMO

A candidíase é um problema constante na saúde da mulher brasileira provocada pelo fungo *cândida albicans*. Seu tratamento geralmente envolve a utilização de fármacos, baixo consumo de alimentos com alto índice glicêmico, farinhas refinadas, açúcar, alimentos fermentáveis e o uso de probióticos. Existem, portanto, abordagens não farmacológicas para tratar ou auxiliar na melhora da candidíase. Diante disso, o presente estudo apresenta como objetivo geral: demonstrar a eficácia de uma dieta saudável na redução da recorrência da CVV. Os objetivos específicos: demonstrar a eficácia de alimentos que atuam como agente antifúngicos; enfatizar a importância do uso de probióticos; descrever alimentos que auxiliam na proliferação dos fungos. Trata-se de um estudo de revisão de literatura a partir de pesquisas bibliográficas, em que foram selecionados artigos publicados em banco de dados eletrônicos. Conclui-se que, através da atuação e acompanhamento do profissional de nutrição é possível uma dieta livre de alimentos que auxiliam na proliferação, mantendo a microbiota intestinal equilibrada com o uso de probióticos obtendo assim, uma resposta positiva no tratamento da candidíase.

**PALAVRAS-CHAVE:** Assistência. Infecção. Tratamento.

## ABSTRACT

Candidiasis is a constant problem in the health of Brazilian women caused by the fungus *candida albicans*. Its treatment usually involves the use of drugs, low consumption of foods with high glycemic index, refined flours, sugar, fermentables foods and the use of probiotics. There are, therefore, non-pharmacological approaches to treat or help improve candidiasis. In view of this, the present study has the general objective of demonstrating the effectiveness of a healthy diet in reducing the recurrence of VVC. The specific objectives are: to demonstrate the effectiveness of foods that act as antifungal agents; emphasize the importance of using probiotics; describe foods that aid in the proliferation of fungi. This is a literature review study based on bibliographic research, in which articles published in electronic databases. It is concluded that, through the performance and monitoring of the nutrition professional, it is possible a diet free of foods that help in proliferation, keeping the intestinal microbiota balanced with the use of probiotics, thus obtaining a positive response in the treatment of candidiasis.

**KEYWORDS:** Assistance. Infection. Treatment.

---

<sup>1</sup> Discente do curso Bacharelado em Nutrição. Faculdade da Região Sisaleira – FARESI. Email: lailla.silva@faresi.edu.br.

<sup>2</sup> Docente do curso de Bacharelado em Nutrição. Faculdade da Região Sisaleira – FARESI. Email: larissa.farias@faresi.edu.br.

## 1 INTRODUÇÃO

Durantes muitos anos, foram desenvolvidas inúmeras pesquisas e experimentos relacionados às doenças causadas por fungos, tendo avanços significativos nas terapêuticas de doenças de base, utilizando-se cada vez mais o uso de antibacterianos, aprimoramento de técnicas de assistência e maior sobrevivência de pacientes de variadas enfermidades.

Segundo Pereira *et al.* (2021) a *cândida* é caracterizada por mais de 200 tipos de diferentes microrganismos, vivem nos mais diversos nichos corporais, como orofaringe, cavidade bucal, dobras da pele, secreções brônquicas, vagina e no sistema gastrointestinal. Silva *et al.* (2020), reiteram que a *cândida albicans* é um dos fungos mais comuns na microbiota humana, a colonização pode tornar-se excessiva quando há alteração no pH vaginal e nos níveis de oxigênio, uso de antibióticos e corticoides, doenças ou terapia imunossupressora e distúrbios nutricionais.

Somado a isso, Luz *et al.*, (2022), informam a respeito das espécies que compõem esse gênero a *Cândida glabrata*, *Cândida krusei* e *Candida tropicalis*, apresentam maiores relevâncias em função de sua taxa de prevalência em condições de normalidade e de doença. A candidíase vulvovaginal (CVV) se caracteriza como uma das infecções genitais micóticas mais comuns e de maior prevalência entre o público feminino no Brasil. Sua etiologia decorre do aumento exagerado da levedura *Cândida albicans* resultando em desacordo com a microbiota vaginal.

Silva *et al.* (2020), informam em quantitativos que, 70 a 75 % das mulheres sofreram com um episódio de CVV, 40 a 45 % delas ainda poderão apresentar quadros de recorrência dessa respectiva patologia ao longo de sua vida. A candidíase vulvovaginal de recorrência (CVVR) é determinada quando há 04 ou mais episódios de CVV no período de 12 meses (FURTADO *et al.*, 2021). Cristóvão *et al.* (2017), definem que a sintomatologia envolvendo a CVV engloba prurido vulvovaginal, ardor ou dor ao urinar, corrimento branco grumoso e inodoro e com aspecto de leite coalhado, hiperemia, edema vulvar, fissura, dor no ato sexual, podendo ocorrer o surgimento de lesões vulvares, no períneo (região perianal e inguinal). Acrescido a isso, os sintomas se intensificam no período pré-menstrual, quando a acidez vaginal aumenta.

De acordo com Paludo *et al.* (2018), é de grande valor salientar que as bactérias, fungos, vírus, são componentes genéticos essenciais relacionados à saúde humana,

compõem a microbiota intestinal, exercendo funções metabólicas, estimulando o sistema imunológico e atuando como barreira contra a invasão de patógenos. O *Lactobacillus*, micro-organismos presentes na microbiota intestinal, é considerada não patogêna, são atribuídas como probióticas. No entanto, na presença de disbiose intestinal, ocorre distúrbio nessa microbiota podendo causar desarmonia na absorção de nutrientes, desajuste no sistema imunológico e no trato genital da mulher.

Gomes *et al.* (2022), complementam que esse quadro clínico de disbiose, pode estar inter-relacionada a diversas patologias, dentre as quais, pode-se destacar os distúrbios vaginais, como a CVV. Os probióticos são microrganismos vivos, promovem benefícios a saúde do hospedeiro e atuam no sistema digestivo. No que diz respeito a alimentação, Silva *et al.* (2020), certificam que o consumo excessivo e frequente de alimentos com alto índice glicêmico favorece o surgimento de *Cândida albicans*, isso porque, os açúcares constituem-se como o principal componente energizante desse fungo.

Diante da relevância do tema, compreende-se a necessidade de incluir no tratamento, hábitos alimentares saudáveis associados a mudanças na rotina diária, por isso, justifica-se a importância do profissional de nutrição em buscar alternativas não farmacológicas para tratamento desses quadros, baseando-se em uma terapia nutricional para alívio dos sintomas e melhoria do bem-estar do paciente. Trás à reflexão uma problemática com o seguinte questionamento: De que forma o nutricionista pode apresentar uma dieta saudável que contribua na redução da recorrência da CVV de forma eficaz?

Nesse contexto o presente estudo pautado na pesquisa bibliográfica através da revisão integrativa, apresenta como objetivo geral: demonstrar a eficácia de uma dieta saudável na redução da recorrência da CVV; os objetivos específicos: demonstrar a eficácia de alimentos que atuam como agente antifúngicos; enfatizar a importância do uso de probióticos; descrever alimentos que auxiliam na proliferação dos fungos. Contudo, essa pesquisa poderá contribuir para o serviço à sociedade, as instituições de ensino e os acadêmicos, no intuito de orientar a assistência destinada ao tratamento visando à restrição da proliferação das infecções fúngicas por *cândida* e controle da CVV.

## **2 METODOLOGIA**

A aquisição do conhecimento se dá de várias formas, neste artigo, esta aquisição acontece através da pesquisa bibliográfica, pois, aprimora o entendimento em um campo específico. Desta forma, este estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica, elaborada a partir da revisão e reflexão embasada na literatura atual e em documentos oficiais sobre a temática com o incremento das ponderações dos autores de forma crítica e imparcial.

Ercole *et al.* (2014) informam que a revisão integrativa tem por objetivo fornecer informações de forma mais abrangente sobre o assunto e/ou problema, estabelecendo, desse modo, um corpo de conhecimento. Através das pesquisas agrupou-se os resultados obtidos relacionados ao tema, sintetizando-os de forma que os mesmos sejam apresentados de maneira sistêmica, ordenada e abrangente. Nesse viés, o processo de construção do presente artigo, se deu por meio da pergunta norteadora do tema; pesquisa de dados na literatura; coleta dos dados e exploração dos mesmos dados fomentando o estudo, na análise dos estudos que foram incluídos interpretação e discursão dos resultados e também apresentação da revisão.

Como critérios de inclusão para coleta de dados, utilizou-se textos que versavam a acerca da “cândida *albicans*”, “microbiota”, “tratamento da candidíase vulvovaginal”. Os critérios de exclusão, incluíram estudos nos quais não estavam no corte temporal estipulado, bem como publicações científicas que não possuíam correlação com os objetivos e problemática. O intervalo de publicação considerado foi de 2017 a 2022, totalizando a leitura de 33 publicações científicas, estas, 5 foram descartadas por não estarem alinhadas ao tema, os outros 27 trabalhos analisados, selecionados para compor e enriquecer esta pesquisa, tendo como base de dados principal a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), PubMed, dentre outros.

Todos os conteúdos foram devidamente selecionados, tendo como foco verificar a responsabilidades dos profissionais da área, sobretudo Nutrição, em mostra que mudança de hábitos, inclusive na alimentação, mostra-se indispensável para a diminuição e recorrência de novos eventos de CVV, bem como esclarecer como os alimentos podem corroborar na proliferação de bioagentes patogênicos e como também podem atuar como antifúngicos.

### 3 RELAÇÃO ENTRE INTESTINO E CANDIDÍASE DE RECORRÊNCIA

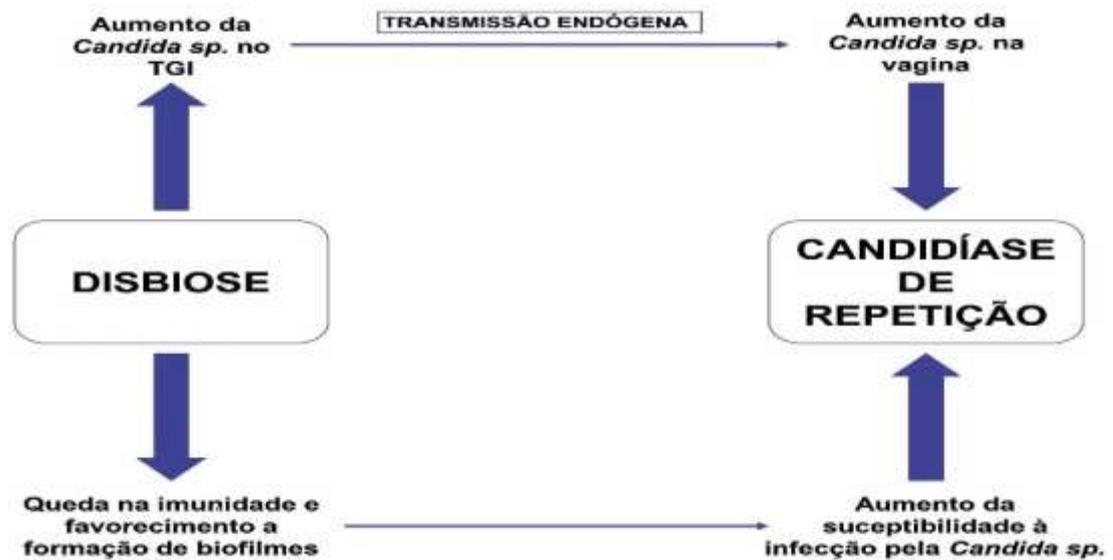
Paludo *et al.* (2018), referem-se à existência de três componentes essenciais, presentes para que a função imunológica do intestino funcione adequadamente, sendo estes: a barreira intestinal, o sistema imunológico e a microbiota. Pereira *et al.* (2021), dissertam que, quando há presença de alteração na microbiota, algumas bactérias e microrganismos patogênicos invadem a barreira intestinal, ocasionado deste modo, um quadro de disbiose intestinal (Figura 1), podendo ser atribuída como a causa de inúmeras patológicas à exemplo da diabetes, obesidades e distúrbio vaginais.

Nesse contexto, estudos feitos por Firmino *et al.* (2020), demonstram como o fungo tem uma capacidade patogênica, sobretudo quando esses microrganismos intervêm no sistema imunológico, servindo como um regulador chave dessa resposta, desse desequilíbrio. Assim, uma resposta rápida e eficaz se faz necessária para evitar a disseminação do patógeno dentro do paciente e essa função é frequentemente desempenhada pelo sistema imunológico.

Em contrapartida, resultados obtidos em estudos realizados por Silva *et al.* (2020), disbiose intestinal resulta a partir da ruptura da microbiota, podendo afetar o sistema imunológico e o trato urogenital. Nesses casos, mulheres acometidas com intolerância alimentar, diarreia crônica ou constipação, são tidas como mais suscetíveis a episódios recorrentes de CVV. Como resultado dos estudos do autor supracitado, é inegável a correlação existente entre CVVR e o metabolismo gastrointestinal das mulheres.

Somado a isso, Soares *et al.* (2019), avaliaram que, quando há uma ruptura no equilíbrio normal da microbiota, o sistema imunológico do hospedeiro fica comprometido. As leveduras passam a exibir manifestações agressivas e tornam-se patogênicas. Quanto à origem, pode ser endógena quando proveniente da microbiota ou exógena quando transmitida por contato sexual.

**Figura 1:** Relação com a disbiose e a CVVR.



**Fonte:** Lucia *et al.* (2019).

No primeiro quadro apresentado abaixo dispõe de forma ordenada de acordo com as informações trazidas de cada autor referente a relação entre alimentação e tratamento da CVVR, relacionando a idade da mulher (quando informado), os alimentos excluídos e os alimentos incluídos (quando informado), sendo o resultado encontrado associado a idade e a dieta restritiva e inclusiva determinada, retirados das pesquisas selecionadas.

Nesse seguimento, autores como Firmino *et al.* (2020) (Tabela 1), em seus estudos, atrela a candidíase ao consumo exagerado de carboidratos refinados, alimentos fermentáveis, leite e derivados, trigo, milho e amendoim, frutas como melancia e melão. No entanto, relata também como o consumo de alimentos anti-inflamatórios, alho e cramberry, mostra eficácia e inibe o crescimento do fungo *Candida* no intestino.

Nos estudos analisados, diversos autores como Silva *et al.* (2020) e Cordeiro *et al.* (2022) (Tabela 1), existem alguns fatores dietéticos envolvidos que podem promover o crescimento da *Candida*. O fator mais importante é o alto consumo de açúcar, considerado o principal nutriente da *Candida albicans*, fato que torna bem aceita a retirada desse alimento durante o tratamento da candidíase vaginal crônica. Do ponto de vista nutricional desses autores, ajudam a controlar o desenvolvimento desses fungos.

**Tabela 1:** relação entre alimentação e tratamento da CVVR.

<b>Idade Mulheres</b>	<b>Alimentos Excluídos</b>	<b>Alimentos Incluídos</b>	<b>Principias Resultados</b>	<b>Referências</b>
-	Carboidratos simples, alimentos fermentáveis, leite e derivados, frutas (melão e melancia), frutas secas.	Alimentos anti-inflamatórios alho, <i>cranberry</i> .	Demonstram associação entre a dieta e os carboidratos com a CVV.	Firmino <i>et al.</i> (2020).
18 a 51 anos	Carboidratos simples, alimentos fermentáveis, refrigerantes.	Alho, cebola, gengibre azeite de oliva e amêndoas, óleo de coco.	46, 42% a dieta auxiliou na melhora 53, 58% não obteve melhora.	Pereira <i>et al.</i> (2021).
-	Açúcar, mel, geleias, leite e derivados, carboidratos simples, embutidos, bebidas alcoólicas, carnes gordurosas ou curadas.	Alimentos integrais, peixes, iogurte com probióticos.	85% obtiveram melhora no quadro.	Cordeiro <i>et al.</i> (2022).
26 a 55 anos	Açúcar, ultraprocessados, carboidratos simples, leite e gorduras saturadas.	-	85% obtiveram melhora associando o antifúngico e a dieta, 42% obteve resposta negativa somente com o antifúngico.	Pereira. (2021).
-	Açúcares simples, alimentos refinados, alimentos processados e leite e derivados.	Carnes, ovos, vegetais frescos e brotados, iogurte, ácido cítrico como limão, cogumelos e chás como capim- limão.	Dieta associada a diretamente com o crescimento da <i>cândida albicans</i> .	Silva <i>et al.</i> (2020).

Fonte: Própria autoria (2022).

Ademais, Caetano *et al.* (2021), constaram em suas pesquisas, que o alho (*allium sattivum*) possui propriedades antifúngica frente ao fungo da *cândida albincs*, com benefícios que auxiliam na inibição do crescimento do fungo, podendo ser usado como extrato macerado ou introduzindo na alimentação diária. Acrescido a isso, Pereira *et al.* (2021) (Tabela 1), complementam por meio de artigos que, quando alimentos como o alho, cebola, gengibre, azeite de oliva, amêndoas e óleo de coco,

são de fundamental importância no tratamento e prevenção da CVV, por possuírem efeitos antifúngicos.

Os seus estudos do autor Pereira *et al.* (2021) (Tabela 1), revelam ainda que cerca de 46,42% dos pacientes analisados obtiveram melhora significativa no quadro da infecção, quando excluíram alimentos como carboidratos refinados, alimentos fermentáveis e que 53,58% responderam que não obtiveram uma resposta positiva frente a exclusão desses alimentos. Em concordância com Stool (2020), o grande consumo de carboidratos, dietas ricas em gorduras saturadas e com altas cargas de calorias e baixas de micronutrientes estão atrelados ao aumento da CVV, pois, os mesmos modificam o pH, flora vaginal e a modulação intestinal.

A respeito do estudo elaborado por Pereira *et al.* (2021) (Tabela 1), mulheres nas quais fizeram o uso de fluconazol, associada a alteração da dieta por três meses, evidenciou resultados de 85% de cura das participantes, 42,5% das entrevistadas que só fizeram o uso de fluconazol não obtiveram melhoras significativas. Os alimentos excluídos da alimentação: açúcar, leite e derivados, carboidratos refinados, carnes gordurosas ou curadas; foi orientado incluir alimentos com teor de probióticos (*Lactobacillus acidophilis*) como os iogurtes, alimentos integrais e peixes.

Em continuidade, estudos experimentais com 120 mulheres realizados por Pereira (2021) (Tabela 1), demonstram que 85% das participantes que aderiram o uso de antifúngico, uma dieta restrita de açúcar, alimentos ultraprocessados, carboidratos refinados, leite e gordura saturada, apresentaram cultura negativa para o fungo. Enquanto o grupo que realizou apenas a terapia medicamentosa, apenas restrita ao uso do antifúngico, obteve 42% da cultura negativa. Referente ao consumo de leite e derivados, mostra-se uma correlação entre o consumo dos mesmos com a recorrência de CVV.

Além do que foi evidenciado, uma dieta com alta ingestão de carboidratos simples, produtos industrializados e leite está atrelado com o crescimento exagerado da *Candida albicans*. Ao preferir uma dieta baseada em grãos integrais, ácido cítrico, vegetais frescos, auxiliam no controle da infecção em razão desses alimentos contribuírem para a redução citocina pró inflamatória, atrelado a uma dieta análoga a do mediterrâneo: vinagre balsâmico, vinho tinto, azeite extra virgem, óleo de sementes; podem auxiliar no tratamento não farmacológico, por possuírem elementos antifúngicos.

No segundo quadro apresentado abaixo, demonstra resultados positivos

relacionados ao uso dos probióticos no tratamento da CVV, comprovando sua importância e eficácia. O quadro associa a idade das mulheres (quando informado), cepas utilizadas, a adesão, dieta e uso de probióticos (quando informado), principais resultados e autores no qual retirou-se as informações.

**Tabela 2:** Relação dos probióticos no tratamento da CVV.

<b>Idade Mulheres</b>	<b>Cepas Utilizadas</b>	<b>Adesão: Dieta / Uso</b>	<b>Principais Resultados</b>	<b>Referências</b>
>18 anos	<i>Lactobacillus, bifidobacteria.</i>	-	35, 71% o tratamento foi eficiente. 10,71% não obtiveram resultados. 53,58% obtiveram resultados mais os sintomas voltaram.	Pereira <i>et al.</i> (2021).
-	<i>Lactobacillus reuteri RC-14.</i> <i>Lactobacillus rhanmosus RG-01.</i>	-	06 semanas de uso de probióticos obtiveram melhora de 61,5%, já o grupo placebo 26,9%. Associação entre probióticos e fluconazol 38,5% da cultura negativa e somente o uso de fluconazol 10,3%.	Dovniky <i>et al.</i> (2015).
-	<i>Lactobacillus reuteri.</i> <i>Lactobacillus rhanmosus.</i>	-	Taxa de recuperação de 90% das mulheres.	Han <i>et al.</i> (2021).
-	<i>Lactobacillus rhanmosus.</i> <i>Lactobacillus leuterii.</i>	-	89,7% obtiveram melhora no tratamento com fluconazol e probióticos.	Paludo <i>et al.</i> (2018).
-	<i>Lactobacillus acidophilus GLA-14.</i> <i>Lactobacillus rhanmosus HN001.</i> <i>Lactoferrina Bovina.</i>	Dieta pobre em Food Maps, glúten e leite.	Apresentaram 29,2% de redução dos sintomas quando associado ao uso de probióticos e lactoferrina.	Gomes, (2022).

Fonte: Própria autoria (2022).

Os estudos elaborados por Pereira *et al.* (2021) (Tabela 2), trazem informações acerca das cepas probióticas para tratamento alternativo para CVV, incluindo a *lactobacillus e bifidobacteria* e estão atreladas a 35,71% de eficiências em pacientes, 10,71% relataram não obtiver resultados satisfatórios, enquanto que 53,58 % obtiveram melhora, mas, as sintomatologias apresentaram recidiva. Desse modo, fica evidente a necessidade de estudos mais aprofundados, para maiores informações sobre o assunto. No entanto, os pesquisadores supracitados reiteram que quando administrados de forma correta e no tempo estipulado, os probióticos pode apresentar efeitos benéficos.

De outra parte, Dovník *et al.* (2015) (Tabela 2), atestam em seus estudos o uso de *lactobacillus reuteri RC-14*, *lactobacillus rhanmosus RG-01*, estes, apresentaram melhora de 61,5% no grupo que fez o uso de probióticos, enquanto o grupo do placebo 26,9%, relatam o uso do *lactobacillus* com o uso de itraconazol, os *lactobacillus* não obtiveram nenhum benefício. Porém, em seu outro estudo, o grupo que associou o uso de fluconazol com probióticos, teve a cultura negativa de 38,5%, já o grupo que somente usava fluconazol obteve somente 10,3%.

Nos estudos elaborados por Paludo *et al.* (2018) (Tabela 2), 89,7% das pacientes que foram tratadas com dose única de fluconazol 150 mg, com cápsulas diárias de probióticos tiveram cultura negativa e desaparecimento dos sintomas de CVV. O grupo que recebeu apenas o fluconazol e o placebo obteve um resultado de apenas 65,4%. Han *et al.* (2021) (Tabela 2), informam que o uso das cepas *lactobacillus reuteri*, *lactobacillus rhanmosus* por via vaginal para tratamento coadjuvante de doenças do trato genital feminino, descreveu uma taxa de recuperação de 90% nas mulheres que fizeram o seu uso, sendo observado ainda uma melhora considerável tanto na composição da microbiota vaginal, quanto no pH vaginal.

O detalhamento realizado por Gomes (2020) (Tabela 2), no que tange ao uso de *lactobacillus acidophilus GLA-14*, *lactobacillus rhanmosus HN001*, *lactoferrina bovina*, as pacientes apresentaram uma redução de 29% da sintomatologia relacionada à CVV. Agregado a isso, o autor revelou que, quando associado ao lactoferrina com uma dieta pobre em *food maps* e alimentos alergênicos como glúten e leite, traz benefícios a saúde e a flora microbiana da mulher.

É de grande valor destacar a existência da profissão envolvendo o nutricionista, tem como eixo central, a qualidade de vida do ser humano. Segundo Pereira (2021),

nos últimos anos, a reintegração as práticas alimentares ao conjunto de experiências, saberes e intervenções voltadas ao atendimento das necessidades sociais dos indivíduos e grupos sociais, em especial das mulheres, constituíram-se como um conjunto de práticas capazes de contribuir para a redução das iniquidades em saúde e a garantia da qualidade de vida, visto, que a nutrição funcional aborda a prevenção e tratamento de doenças.

Nesse sentido, um atendimento nutricional funcional que visa a aplicação de condutas voltadas para o equilíbrio funcional e nutricional do organismo individualmente constitui, um meio importante no tratamento antifúngico, pois, garantem que o fungo não tenha um crescimento significativo e que a colonização da cãndida não seja aumentada. Soares *et al.* (2019), complementam como o profissional nutricionista pode atuar na prescrição de dietas, mesmo que essas não constituam o único meio de tratamento necessário para essa patologia. Além disso, considera-se que um dos métodos curativos da CVV, é o aprimoramento da função digestiva e do sistema imunológico. O nutricionista pode ainda orientar sobre quais alimentos devem ser evitados para que não haja o agravamento do caso da candidíase no paciente.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante do tema cuidadosamente pesquisado e estudada referente a abordagem nutricional para o tratamento da candidíase, foi possível concluir que esta enfermidade é um problema de saúde recorrente entre as mulheres do mundo inteiro, principalmente as mulheres brasileiras.

Compreende-se que hábitos alimentares inapropriados como alto consumo de carboidratos refinados, alimentos fermentáveis, ultra processados e leite e derivados, corroboram para uma alteração na microbiota intestinal, afetando a microbiota vaginal, modificando o pH vaginal, o sistema imunológico e o aparecimento de candidíase de recorrência. No entanto alguns alimentos como: alho, cebola, gengibre, azeite de oliva, laticínios com probióticos (iogurte com *lactobacillus*), grãos integrais e óleo de coco mostraram eficácia na inibição da candidíase de recorrência.

Por fim, vale ressaltar que uma dieta equilibrada atrelada com uso de probióticos por via oral com a diversas cepas contribuiram para uma recuperação da flora intestinal tratando a disbiose e melhorando sintomas da candidíase. Logo,

ressalta-se que o problema de pesquisa aqui apresentado, foi respondido de forma satisfatória, onde foram alcançados os objetivos traçados, entendendo que é necessária mais pesquisa sobre essa temática e buscar mais evidência da importância de uma boa alimentação e o uso de probióticos, bem como a relevância do Nutricionista no tratamento da candidíase de recorrência.

## REFERÊNCIA

- AGUIAR, P. V. O ecossistema vaginal. Lisboa: **Faculdade Medicina Lisboa**, 2017.
- CAETANO, G. M.; GARCIA, G. P.; GONÇALVES, T. Atividade antifúngica do alho (*Allium sativum*) sobre candida albicans. São Paulo: **Revista Brasileira Multidisciplinar**, v. 23, n. 45, p. 112-132, 2021.
- CHRISTÓVÃO, R. G.; ROSA, L. F. G.; GOMES, V. Espécies de candida predominantes em secreção vaginal de mulheres sintomáticas e não: uma revisão integrativa. Manaus: **Revista de Divulgação Científica da ULBRA Torres**, v. 15, n. 34, p. 66-60, 2017.
- CONTE, J. Uma Revisão Das Novas Alternativas Terapêuticas E Principais Formulações Tópicas Utilizadas No Tratamento Da Candidíase Vaginal. Florianópolis: **Revista administração em saúde**, v. 4, n. 7, p. 80-88, 2021.
- CORDEIRO, E. S.; MATOS, L. S. C.; MAYNARD, D. C. Candidíase: dietoterapia e o uso cepas como coadjuvantes no tratamento. Minas Gerais: **Revista eletrônica Research, Society and Development**, v. 11, n. 9, p. 1-12, 2022.
- DOVNIK, A.; GOLLE, A.; ARKO, D. Tratamento da candidíase vulvovaginal: uma revisão da literatura. Eslovênia: **Acta Dermatovenerologica**, v. 24, n. 78, p. 5-7, 2015.
- ERCOLE, F. F.; MELO, L. S. de; ALCOFORADO, C. L. G. C. Revisão integrativa versus revisão sistemática. Minas Gerais: **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 9-12, 2014.
- ESPINHEIRO, R. F.; MONTEIRO, M. C. C.; BATISTA, R. H.; GOMES, M. P. Aspectos da microbiota vaginal e a relação com a candidíase em mulheres gestantes: uma revisão de literatura. Minas Gerais: **Revista eletrônica Research, Society and Development**, v.11, n.1, p. 10-14, 2022.
- FELIX, T. C. Vulvovaginite Em Mulheres Atendidas Em Serviço De Atenção Primária À Saúde Da Família: Ocorrência E Hábitos De Higiene. Minas Gerais: **Revista Eletrônica da Universidade Federal de Uberlândia**, v. 12, n. 6, p 86-89, 2019.
- FIRMINO, L.; DIAS, P. D.; SANTOS, G. T. Benefício dos Alimentos Usados como Terapia Complementar para Candidíase Vulvovaginal Recorrente. Minas Gerais: **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, v. 10, n. 45, p-27, 2020.
- FURTADO, H.; SILVA, T. O.; MENDES, L. T. Fatores predisponentes na prevalência

da candidíase vulvovaginal. São Luís: **Revista Investigação Biomédica**, v. 10, n. 2, p. 190-197, 2018.

GOMES, I. S.; STOLL, R. A utilização de probióticos para o controle de infecções ginecológicas. Brasília: **Revista Eletrônica do Centro Universitário de Brasília**, 2020.

GOMES, L. C.; as consequências da disbiose intestinal na saúde da mulher: uma revisão integrativa. Governador Mangabeira: **Revista Eletrônica do Centro Universitário Maria Milza**, 2022.

HAN, Y.; REN, Q. L. Does probiotics work for bacterial vaginosis and vulvovaginal candidiasis. Amsterdã: **Elsevier**, v. 80, n. 45, p. 50-59, 2021.

LIMA, M. G.; PEREIRA, C. A. S.; NOWAK, L. Espécies de *Lactobacillus* e seu papel na vaginose bacteriana. Volta Redonda: **Cadernos Eletrônico UniFOA**, v. 6, n. 28, p. 54-56, 2015.

LUCIA, V.; ANDRADE, A. Candidíase de repetição: uso de probióticos como terapia complementar. Lajedo: **Destques Acadêmicos**, v. 10, n. 3, p. 36, 2019.

LUZ, B. N.; SOUZA, R. P.; FRANCO, J. S.; SANTANA, V. L. Perfil de mulheres mais vulneráveis a desenvolver candidíase e seu tratamento farmacológico. Minas Gerais: **Revista eletrônica Research, Society and Development**, v. 11, n. 10, p. 20-25, 2022.

MAURO, A. F. P. O microbioma vaginal na saúde ginecológica e sexual. Lisboa: **Faculdade Medicina Lisboa**, 2021.

MUNIZ, S. D.; SILVA, H. S.; AMORIM, F. D. Prevalência De Candidíase Vulvovaginal Recorrente Em Mulheres Com Idade Entre 18 A 30 Anos Em Uma Unidade Básica De Saúde No Município De Cajazeiras – PB. Paraíba: **Journal of Biology & Pharmacy and Agricultural Management**, v. 15, n. 1, p. 23-30, 2019.

NUNES, R. D.; FRANÇA C. O.; TREABERT, J. L. Prevalência de Vulvaginites na Gestação e sua Associação com Complicações Perinatais. Santa Catarina: **Arquivos Catarinenses de Medicina**, v.47, n.1, p. 131-134, 2018.

PALUDO, R. M.; MARIM, D. Relação entre candidíase de repetição, disbiose intestinal e suplementação com probióticos: uma revisão. Lajedo: **Destques Acadêmicos**, v. 10, n. 3, p. 40-45, 2018.

PEREIRA, C. D.; BORGES, E. L. A.; NEIF, E. M. Conhecimento sobre a doença candidíase albicans e o uso de probióticos. Mato Grosso: **Revista Interdisciplinar Barra do Graça**, v. 13, n. 1, p. 1-10, 2021.

PEREIRA L. C. Candidíase vulvovaginal e perspectivas atuais: sintomas, diagnóstico laboratorial, prevalência das espécies, resistência à antifúngicos, novos fatores de risco associados e avaliação da recorrência. Brasília: **Revista Eletrônica da Universidade de Brasília**, v. 12, n. 7, p. 50, 2021.

SANTOS, C. S.; BISPO, I. N.; SOUZA, O. A. Candidíase vulvovaginal recorrente: o papel do enfermeiro. São Paulo: **Revista Ibero-Americana de Humanidades**,

**Ciências e Educação**, v. 7, n. 3, p. 470-473, 2021.

SILVA, L. M.; BARROS, V. P. G.; REZENDE, P. A. B. A relação entre a alimentação da mulher contemporânea e a ocorrência de candidíase: uma revisão da literatura. Brasília: **Revista Eletrônica do Centro Universitário de Brasília**, 2020.

SILVA, L. M.; BARROS, V. P.; REZENDE, P. A. F. A relação entre a alimentação da mulher contemporânea e a ocorrência de candidíase: uma revisão da literatura. São Paulo: **Revistas atlas**, v. 12, n. 6, p. 87, 2020.

SOARES, D. G.; LIMA, E. O.; SILVA, D. C. Candidíase vulvovaginal: uma revisão de literatura com abordagem para *Candida albicans*. São Paulo: **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research**, v. 25, n. 11, p. 28-34, 2019.