Candida: quali i rischi, come proteggersi

Intervista alla Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Sintesi dell'intervista e punti chiave

La Candida è un germe presente in modo silente nell'organismo di ogni donna e ogni uomo. Quando però viene risvegliata da fattori che la "slatentizzano", portandola dalla forma di spora a quella di ifa, può dare origine a micosi molto fastidiose, spesso recidivanti e con effetti a lungo termine anche impegnativi. In positivo, con i giusti stili di vita, si possono prevenire le recidive, riportando il germe alla condizione dormiente e recuperando una piena qualità di vita.

Quali fattori possono scatenare l'infezione? Quali sono le conseguenze più pericolose per la salute sessuale della donna? E' vero che una delle armi più efficaci contro la Candida è l'alimentazione? Come ci si deve comportare in caso di gravidanza?

In questa intervista la professoressa Graziottin illustra:

- la prevalenza della Candida fra le giovani, e i ceppi oggi più diffusi;
- i fattori che possono innescare l'infezione: terapie antibiotiche aggressive, dieta squilibrata (con troppi zuccheri, lieviti e formaggi stagionati), condizioni di forte stress;
- come le micosi possano essere locali o sistemiche;
- perché l'infezione intestinale è particolarmente insidiosa;
- le possibili complicanze sessuali della candidiasi vaginale recidivante;
- che cos'è la vestibolite vulvare e da quali elementi è caratterizzata;
- le due strategie preventive più efficaci: alimentazione equilibrata e ricorso limitato agli antibiotici;
- alcuni consigli per le donne in gravidanza, con particolare riferimento all'aumento di peso ideale nei nove mesi e alla distribuzione ottimale degli alimenti nell'arco della giornata.

Â© 2011 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org