 [**por Marta Gonçalves Miranda**](https://magg.pt/perfil/martamiranda/)[\*](https://magg.pt/2018/10/26/entrevista-a-uma-homeopata-a-crianca-tem-375-de-febre-na-creche-e-imediatamente-metem-lhe-um-ben-u-ron/#multiple-credits)

# Entrevista a uma homeopata. “A criança tem 37,5 de febre na creche e imediatamente metem-lhe um Ben-u-ron”

26/10/2018, 15:53

Cristina Pombo, autora de um novo livro sobre homeopatia, defende a importância de ter febre e critica o excesso de medicação nos miúdos.

Com uns penetrantes olhos azuis, e um vocabulário médico próprio de quem trabalhou dez anos na indústria farmacêutica, Cristina Pombo, homeopata de 57 anos, é muito expressiva. Em cerca de uma hora de conversa, conseguimos ler-lhe apreensão no rosto quando falamos sobre o excesso de medicação nas crianças, alegria quando recorda os casos de sucesso que tratou e o sufoco por que passou quando tinha o filho mais velho sempre doente.

A conversa sobre homeopatia, no seu consultório no número 87 da Rua Latino Coelho, em Lisboa, vem a propósito de “Homeopatia — Uma Medicina Alternativa”, que garante ser o primeiro livro sério sobre o tema em Portugal.

O que é afinal a homeopatia? Porque é que é importante ter febre? É possível conciliar a terapêutica homeopática e a medicina convencional? Não será tudo um placebo? E o que é que os interesses das indústrias farmacêuticas têm a ver com a homeopatia? Cristina Pombo responde a todas as questões.

**No livro explica que a homeopatia surgiu com o seu primeiro filho.**

Está explicado na introdução do livro. O meu primeiro filho — tenho três — esteve sempre bem até ir para a escola. Quando foi para o infantário do Liceu Francês, passou a estar sempre com tosse e otites. A pediatra dizia-me para o levar a um especialista, eu ia para o Hospital Santa Maria e o otorrino prescrevia-lhe antibiótico. Eu sou farmacêutica, portanto dava-lhe aquilo tudo muito direitinho. Passado uma semana ou 15 dias, estava na mesma: outra vez com otites, outra vez com tosse.

**Que idade é que tinha?**

Tinha 3 anos. Isso aconteceu diversas vezes. Os antibióticos que o especialista prescrevia, eu reconhecia-os como sendo crescentemente mais fortes. O último que tomou era de uso hospitalar apenas, o que me deixou chocada. Nessa altura pensei: “Bom, há aqui qualquer coisa que está a correr mal”. Entretanto o médico pediu-me para fazer um audiograma e ele tinha menos 30% de audição num dos ouvidos. Ficámos preocupados. Mais tarde voltámos e o otorrino disse: “Isto não está a resultar, ele vai ter de ser operado aos adenoides.” Achei que não era, de maneira nenhuma, uma boa resolução — até porque eu sei que os adenoides fazem falta, assim como as amígdalas. Na altura estava a trabalhar na indústria farmacêutica e tinha dois colegas farmacêuticos casados, com duas filhas. Ela estava a fazer um curso, contou-me o marido, de homeopatia. Foi a primeira pessoa a falar-me no assunto. Na altura recordo-me de lhe perguntar o que era isso. Ele explicou e disse-me que tratavam as miúdas com homeopatia. Fui a uma consulta e correu muito bem: ele deixou de ter otites, com o tempo deixou de estar doente frequentemente. Mais tarde fizemos um audiograma e tinha recuperado a audição.

**Recuperou totalmente?**

Sim. E eu nunca mais usei químicos. Já da minha mãe tínhamos alguma tradição alternativa na família, o que não é muito vulgar. Quando era miúda tive uma apendicite que, na altura, e segundo os testes que fiz, deveria ser operada. A minha mãe foi a uma daquelas ervanárias antigas — isto porque há 40 anos ou mais era diferente. Sei que tomei umas mistelas que sabiam muito mal e o apêndice desinflamou.

Esta ideia de que a apendicite é uma coisa que as pessoas têm de tirar se inflamar é um disparate. O que se tem de fazer é desinflamar: se conseguir fazê-lo sem estar a fazer uma cirurgia, é como as amígdalas. É como os ouvidos.

**Como os adenoides?**

É como os adenoides. Portanto, nunca fui operada à apêndice. E com as amígdalas tive mais ou menos a mesma situação, se bem que aí tomei muitos antibióticos.

A partir daí nunca mais usei medicamentos químicos, apenas homeopáticos. Passados dez anos tive mais dois filhos, e esses nunca utilizaram nada de farmácia. Portanto, continuamos na mesma: ninguém utiliza nada de farmácia em casa.

**Teve receio por não seguir as indicações médicas?**

Havia duas coisas importantes: primeiro, era uma pessoa em quem eu tinha alguma confiança. Se ele me estava a recomendar a homeopatia e tinha bom feedback em relação às filhas, não havia razão para não experimentar. Isso era uma coisa. A outra coisa foi que eu não vi que a medicina convencional me estivesse a dar os resultados que queria. Sinceramente, não tive grandes dúvidas ou receios — talvez porque também não sou uma pessoa assim muito ansiosa, não sei. E valeu a pena experimentar.

**Este é o primeiro livro em português dedicado à homeopatia?**

Se for à maior parte das livrarias, não há nada. Mas realmente não é o primeiro livro em Portugal: um dos professores que tive no primeiro curso que fiz cá escreveu um livro, que aliás está na bibliografia “[A Nobre Arte de Curar](https://www.coisas.com/-A-nobre-arte-de-curar----Professor-J-Carvalho-Neto%2Cname%2C226232376%2Cauction_id%2Cauction_details)”, de J. Carvalho Neto, mas é mais sobre a vida do doutor Hahnemann, o fundador da homeopatia; não propriamente sobre a homeopatia. Julgo que é capaz de haver um prontuário, já antigo…

**Encontrei “**[**Homeopatia Essencial**](https://www.wook.pt/livro/homeopatia-essencial-jose-maria-alves/121740)**”, de José Maria Alves.**

É isso. Acho que é um género de um prontuário, ou seja, dá uma ideia, para quem quer experimentar homeopatia, do que é que se pode usar em coisas muito simples. A homeopatia realmente pode ser usada em situação de urgência, inclusivamente dores grandes — se a pessoa entalar um dedo na porta de um carro, se tiver uma dor de dentes; se tiver um acidente e entrar em estado de choque, por exemplo; se tiver um ataque de pânico ou uma queimadura que fez em casa ou ao sol.

“Não há sítio nenhum do seu corpo que não se aperceba do que é que se está a passar consigo. Nós é que não aprendemos a olhar para o nosso corpo. Achamos que é tudo exterior.”

Nós podemos interferir em tudo isso, e é mais fácil porque são causas exteriores — é mais fácil darmos uma indicação mais precisa em relação ao que a pessoa pode ajudar. Agora, se é algo que vem de dentro para fora, aí as indicações já não são corretas. Uma pessoa com uma constipação, por exemplo, é uma coisa simples mas às vezes pode ser difícil de tratar. Se tivermos quatro pessoas constipadas, possivelmente vão ser necessários quatro medicamentos diferentes.

**No livro diz que não concorda com a frase “somos o que comemos”, mas sim “somos o que pensamos”.**

Completamente. Obviamente que nem tudo; se der uma pancada não tem nada a ver com a mente. Refiro-me ao desenvolvimento de doenças crónicas. Uma pessoa que tem problemas emocionais durante muito tempo, que está sempre a pensar negativamente e que já tenha uma predisposição genética, tem grande probabilidade de desenvolver uma doença grave e degenerativa. Há realmente influência.

Não há nada que pense e que os seus órgãos não se apercebam disso. Não há nenhuma emoção que tenha e que os seus órgãos não se apercebam disso. Se olhar para aquelas fotos que mostram o sistema nervoso vai perceber: não há sítio nenhum do seu corpo que não se aperceba do que é que se está a passar consigo. Nós é que não aprendemos a olhar para o nosso corpo. Achamos que é tudo exterior.

E a medicina convencional a mesma coisa. Imagine que se queixa de dor de cabeça ou diarreias frequentes e de gastrite. Se for uma dor de cabeça que não passa com nada, vão mandá-la para um neurologista para fazer aqueles exames todos; em relação à parte digestiva, vão mandá-la para o gastroenterologista. E não há uma ligação.

Quando eu vejo uma pessoa que se queixa de dores de cabeça, de estômago e tem problemas de intestino, etc., vou olhar para tudo. E para o historial dela — o que é que aconteceu na vida dessa pessoa até chegar aí? E porque é que isso está a acontecer?

Por isso é que são consultas um bocadinho longas, embora com a experiência se torne também mais fácil, mas requerem algum tempo. Queremos perceber a pessoa na sua individualidade e na totalidade — parte mental, emocional e física.

**Uma pessoa extremamente negativa, por exemplo, pode ter maior probabilidade de ter um cancro?**

Sem dúvida. Um cancro ou outra coisa qualquer.

**Sim, usei o cancro como um exemplo.**

No nosso ponto de vista, sim. Obviamente que se houver uma predisposição genética, a probabilidade é maior ainda. Por exemplo, uma coisa muito vulgar como problemas de fígado e de vesícula. As pessoas que têm problemas de vesícula normalmente enervam-se com facilidade. Quando o fazem, a vesícula contrai e perde bílis; quando a pessoa precisa de bílis para fazer a digestão, não tem. Chamam a isso a vesícula preguiçosa, às vezes há também uma formação de pedras. Tudo isto tem a ver com a forma como nós olhamos para as coisas.

**Disse que a terapêutica homeopática é longa…**

… é longa se o problema for crónico. E mesmo assim às vezes não é assim tão longa. Se tiver um problema crónico e for a um médico da medicina convencional, a consulta é muito rápida, vai fazer muitos testes, a partir dos resultados prescrevem os medicamentos que acham adequados; se já tiver uma certa idade, e for diagnosticado com uma diabetes tipo 2 ou hipertensão, o que lhe vão dizer é: “Agora vai tomar estes medicamentos até ao fim da vida”. Se quer algo mais longo do que isto… Eu não sei o que é mais longo do que isto. Isso nós nunca fazemos.

**Não existe nenhum tratamento homeopático que se mantenha ao longo da vida?**

Não. Tem um período, porque aquilo que acontece é que as pessoas que têm problemas mais graves precisam de medicamentos diferentes. São as que precisam de mais diversidade de medicamentos. Normalmente as pessoas que têm coisas crónicas não têm apenas um problema — a maior parte tem muitas coisas, e por isso é que tomam tantos medicamentos. Tenho pessoas que chegam aqui com seis, oito, dez caixas de medicamentos.

**Como é que funciona então a homeopatia?**

Vou dar três exemplos diferentes, que tenho quase diariamente. Primeiro, uma situação de emergência. Por exemplo: numa família há uma criança que queima a mão. Se a pessoa tiver o medicamento homeopático adequado em casa, é especialmente rápido. Aquilo que eu digo é para tomar — nós não metemos nada localmente por fora.

**É tudo ingerido?**

Porque o problema vai resolver-se de dentro para fora. Nós temos que regenerar e melhorar aquilo que foi agredido. Portanto, vou dizer para tomar o medicamento — nessa altura é imediato e é frequente, ou seja, toma agora, toma daqui a uma hora, toma depois outra vez e depois dá-me feedback. Normalmente, e se não for uma queimadura muito grave, depois da segunda toma já está tudo bem. A pessoa já não sente dor, evita que faça bolha e regenera a pele. E não é preciso pôr creme, não é preciso pôr nada.

**Este é o primeiro exemplo.**

Este é um caso simples e urgente. A mesma coisa com entalar um dedo na porta: têm que ter um determinado medicamento numa potência muito alta.

**Potência?**
Quando chamamos potência aos números que os medicamentos têm à frente quer dizer que, quanto mais alto é, mais eficaz é. Eficaz em certas coisas que são mais graves. Se eu tenho muitas dores, por exemplo nisto dos dedos, tenho que usar Hipérico [medicamento homeopático] mil. Ou dez mil, já usei dez mil numa dor de dentes. Portanto, o Hipérico tem uma ação sobre os nervos, que são as piores. Mas também pode ser usado noutras situações.

Vou-lhe dar um exemplo. Dou consultas a uma família em que o pai é mecânico de aviões. Um dia, durante o trabalho esmagou um dedo. Mas esmagou de uma maneira que teve de fazer uma cirurgia. A esposa, que é minha estudante, ligou-me logo e disse: “Podemos fazer alguma coisa agora?”. Eu disse-lhe: “Se tiver Hipérico mil dê-lhe já para as dores, mas tem que ir para o hospital fazer a cirurgia”. Aqui não há nada a fazer, se está com o dedo esmagado, tem de ser operado.

“Depois da cirurgia, diga-me o que é que eles receitaram e eu vejo o que é que posso fazer se quiserem”. Isto é muito importante, dou sempre alternativa às pessoas: elas podem querer ser tratadas de uma maneira ou de outra. Ele fez a cirurgia e veio para casa com antibiótico e três medicamentos diferentes para as dores. A esposa disse-me que queriam tentar a homeopatia. Pois bem, não tomou nem antibiótico nem medicamentos para as dores: foi só com a homeopatia. E o dedo está impecável.”

## As crianças tomam cada vez mais medicamentos — e já não são apenas antibióticos

**Não é possível conciliar a terapêutica homeopática e a medicina convencional?**

Completamente, é possível conciliar. Por exemplo, uma pessoa que tem metástases e que está a fazer quimioterapia ou radioterapia. Nós podemos complementar, porque os tratamentos têm muitos efeitos secundários graves, e podemos ajudar a que as pessoas não sofram tanto.

“Ainda no domingo passado vi uma criança que estava a tomar, todos os dias, duas cortisonas, um anti-histamínico e um broncodilatador.”

Se me perguntasse o que é que era o ideal, dir-lhe-ia que o ideal foi aquilo que houve durante muitos anos no Reino Unido, e que agora está a desaparecer devagarinho: as secções regionais de saúde tinham sempre médicos e homeopatas. E eram os médicos que encaminhavam as pessoas para os homeopatas, quando não eram eles próprios a fazer homeopatia.

Para mim o mais chocante — e chocante é talvez uma palavra um pouco agressiva — são as crianças. Nós estamos a dar químicos continuamente às crianças. Eu estudei os químicos e sei bem os efeitos secundários que eles têm. Estamos continuamente a suprimir sintomas.

Ainda no domingo passado vi uma criança que estava a tomar, todos os dias, duas cortisonas, um anti-histamínicos e um broncodilatador.

**O que é que ele tinha?**

Tinha tosses que degeneravam em falta de ar. O que é super vulgar. Não sei se podemos dizer que era mesmo asma, mas a verdade é que ele entrava em dispneia, ou seja, ficava com falta de ar, e para não terem que ir para o hospital durante a noite várias vezes, o miúdo estava a tomar aquilo todos os dias. O problema é que tomando aquilo todos os dias, suprime-se de um lado e começa-se a arranjar problemas do outro. Porque a origem não está resolvida.

**Acha que as crianças estão cada vez mais medicadas?**

Sem dúvida. Inclusivamente em relação à época em que o meu filho mais velho era criança e tomava medicamentos, mas tomava só antibiótico. Neste momento, se ele tivesse o mesmo problema que tinha há 29 anos, vinha com os anti-histamínicos e com a cortisona. As pessoas não têm noção dos efeitos secundários dos medicamentos, porque não são informadas e não vão ler a bula. As pessoas que vão ler a bula ficam assustadas, mas a maior parte não vai. No tempo em que eu estava na indústria farmacêutica, era proibido fazer outdoors diretamente ao público com certos medicamentos. Só com coisas do género aspirina é que se podia. E com os Ben-u-ron, julgo que na altura também. Neste momento, até uma cortisona ou Ibuprofeno. E o Ibuprofeno não é, de modo nenhuma, uma coisa que se possa tomar de qualquer maneira.

**O Ibuprofeno é…**

É um anti-inflamatório não esteroide. E não é um produto para se tomar de qualquer maneira. Mas eu não quero falar da medicina convencional [risos].

“Os antibióticos não são só usados continuamente para tudo e mais alguma coisa, estamos também a tomá-los diretamente nos animais que comemos. E até já as plantas têm.”

**Vamos voltar atrás então. Quando lhe perguntei o que era a homeopatia, deu-me o exemplo das situações de emergência. Qual é a próxima?**

Depois temos todas as “ites”. As otites, as amigdalites, as bronquiolites. Tudo isso pode ser tratado sem antibióticos. E isso é muito importante. A propósito disso, vai discutir-se na Royal Academy of Sciences, em Londres, a preocupação mundial com o uso e abuso dos antibióticos. Até porque os antibióticos não são só usados continuamente para tudo e mais alguma coisa, estamos também a tomá-los diretamente nos animais que comemos. E até já as plantas têm. O que se está agora a perceber é que se desequilibrou o ecossistema dos microrganismos. Aquele que vemos, está desequilibrado e está toda a gente muito preocupada com isso. Então e aquele que nós não vemos? É porque com as vacinas, e especialmente com os antibióticos, nós estamos a desequilibrar o ecossistema dos vírus e das bactérias. E, portanto, eles vão-se alterando e há resistências de uma maneira terrível.

Isso leva a que pessoas com o sistema imunitário enfraquecido, e que precisam de uma operação, possam apanhar uma bactéria hospitalar, resistente a tudo e mais alguma coisa, e não há nada que resolva isso. Neste momento há muita gente a morrer assim.

Mas há outro problema. Nós já percebemos que há uma relação direta entre as crianças que passam a infância toda a tomar antibióticos, cortisona, anti-inflamatórios, broncodilatadores, etc., e o que se está a passar em idade escolar.

**Como por exemplo?**

Síndromes de falta de atenção, hiperatividade. É a ligação do nosso corpo: não estão só doentes fisicamente, estão doentes já mentalmente. E alguns emocional e mentalmente. No Reino Unido, é chocante a quantidade de crianças a tomar antidepressivos. Cá ainda não se fala sobre isso.

**Escrevi um** [**artigo**](https://magg.pt/2018/04/05/hiperatividade-infantil-estamos-a-medicar-demasiado-os-miudos/) **sobre o consumo de medicamentos nas crianças. Os números aumentaram bastante.**
Vão aumentar ainda mais.

**O artigo era específico sobre hiperatividade infantil, e falava no caso da ritalina.**

Há programas na televisão que quase dizem às pessoas: “Vocês querem que os vossos filhos aprendam alguma coisa? Têm que tomar ritalina”. Chega a este ponto. A ritalina é uma anfetamina. Preocupa-me os adultos que vamos ter daqui a uns anos.

**Já falámos sobre o uso de homeopatia nas emergência e casos agudos. Qual é a terceira utilização?**

Os crónicos. Isto são tudo crónicos [pega no livro e mostra os quatro testemunhos na contracapa do livro]. Os crónicos é que demoram um pouco mais. Os que demoram! Isto depende no nível de saúde da pessoa. Esta doente que testemunhou em relação à fibromialgia, eu resolvi-lhe a fibromialgia com um medicamento. Veio a duas consultas e, sinceramente, na segunda consulta acho que veio só para me agradecer.

Mas isto não quer dizer que eu possa dizer que trato toda a gente que tem fibromialgia. Nós tratamos doentes, não tratamos doenças. Esta senhora tinha fibromialgia diagnosticada há muitos anos, era uma pessoa já alternativa e ela deu-se mal com tudo o que lhe prescreveram, e, portanto, não quis tomar; não suprimiu muito, por isso também não piorou o estado dela. Tinha era muitas dores, e quando veio estava muito cansada. E realmente foi fácil.

Mas depois a outra senhora, que também testemunhou aqui, com artrite reumatoide, demorou muitos anos. No entanto, em cinco meses já não tomava químicos, não tinha dores e ia trabalhar. Portanto, não é assim tanto tempo.

**Qual é o maior estigma que a homeopatia enfrenta?**

Há várias ideias erradas. A primeira é que é placebo. Como se isso fosse possível em crianças — eu trato recém-nascidos. Tenho miúdos a gritar com dores de ouvidos, não há placebo que resulte. Claro que há em todas as medicinas a possibilidade de efeito placebo.

**Todas as doenças podem ser tratadas com homeopatia?**

Lá está, nós não tratamos doenças, tratamos doentes. Quase todos os doentes podem ser tratados com homeopatia, o prognóstico é que é diferente. Agora, se me perguntar… pessoas com cancro com metástases, tratados? Não. Podemos aliviar os sintomas, que são coisas diferentes. Alzheimer? É demasiado tarde.

**Diz que é demasiado tarde no caso do Alzheimer. Mas é possível fazer uma prevenção?**

Temos de andar para trás. Se essa pessoa que desenvolve Alzheimer com 60 ou 70 anos não tivesse feito aquilo que fez, e talvez tivesse sido tratado com homeopatia, teria desenvolvido a doença? Isto é um ponto de interrogação, ninguém pode responder. Mas no fundo é isso que tentamos fazer: ao tratar sem químicos, sem supressões e sempre estimulando o sistema imunitário, nós tentamos que essas pessoas não cheguem a esse ponto.

**Em homeopatia temos sempre que procurar um especialista ou podemos fazer esse tratamento em casa?**
[risos]

**Às vezes pode haver aquela ideia de que basta ir à internet.**
Isso é perigoso.

[Catarina Sanjuan, diretora da agência de relações públicas Canela PR Portugal, interrompe a conversa]

Catarina Sanjuan: Peço desculpa por interromper, mas tenho só que fazer um parêntesis. Muitas vezes a homeopatia está no meio de muitas outras coisas exatamente com esse conceito errado, que nada tem a ver com a homeopatia a sério. Daí nós dizermos que é o primeiro livro de homeopatia a sério, porque explica de facto o que é a homeopatia por alguém que estudou o tema.

Cristina Pombo: E que continua a estudar. No lançamento do meu livro, a editora propôs-me arranjar alguém que falasse sobre mim e sobre o livro. Eu respondi que este era um livro relativamente simples, só para explicar uma coisa que acho que nunca foi realmente explicada a sério. Se é preciso alguém para falar sobre isto, então só faz sentido que sejam os meus doentes. E é isso que vai acontecer.

**Portanto, não. Não podemos fazer homeopatia por nós próprios.**
Não. A única coisa que pode fazer é agir em situações de emergência. E mesmo assim, devido à frequência e ao modo de dar, é sempre conveniente ter algum conhecimento (eu dou workshops nesse sentido) ou contactar um especialista. Portanto, em casa têm as coisas para as queimaduras, pancadas e entorses e, quando necessário, dão. Uns já sabem como é que é, outros entram em contacto comigo e eu explico.

Agora, uma pessoa que sofre de enxaquecas e decide ir à internet ver o que é que há… Não, de todo. Não.

**É um disparate?**
É um disparate. E não funciona.

## A importância de ter febre

**No livro diz que não devemos consumir antipiréticos quando temos febre.**
Não, isso é muito importante.

**É algo a que dá algum destaque no livro, percebi que era um ponto importante para si.**

Muito importante. Não é para mim, é para os doentes [risos]. Mas é muito giro, porque é das coisas que tenho de falar mais, sempre. As pessoas estão habituadas a dar medicamentos para a febre. E nem são só os familiares. Por exemplo, a criança tem 37,5 de febre na creche e imediatamente metem-lhe um Ben-u-ron. Isto é uma coisa que não se faz em parte nenhuma do mundo. Mas aqui faz-se.

A primeira coisa que tenho de fazer é dizer às pessoas para explicarem na creche que não querem isso. E clarificar porque é que é importante ter febre. Há estudos, e estudos sérios, que estão a ver a ligação que existe entre a possibilidade que nós temos de fazer febre — que no fundo é o primeiro batalhão contra qualquer coisa — e as doenças degenerativas. Inclusivamente houve estudos na Holanda que mostraram que as crianças que têm febres mais altas na infância, têm menor probabilidade de desenvolver doenças degenerativas. E estão a ver que há ligações entre o conseguir que o sistema imunitário faça febre e a possibilidade de ter doenças crónicas e degenerativas mais cedo.

Se pensar no caso das pessoas mais velhas que conhece, algumas devem dizer assim: “Eu nunca me constipo”. Mas têm artrite reumatoide. A senhora da artrite reumatoide, quando lhe perguntei a última vez que tinha tido febre, ela respondeu-me que não tinha desde miúda. Há 20 e tal anos, portanto. Nesse momento já sei que vai ser complicado.

Demorei cinco anos para que ela fizesse febre. Quando teve, ficou uma semana com 39,5. Mas eu expliquei-lhe, falávamos todos os dias e ela não tomou nada. Teve uma semana em casa e não tomou nada.

**Mas porque é que a febre é importante?**

A febre é importante porque significa que o sistema imunitário está a funcionar quando é preciso. Por exemplo, quando uma pessoa me diz que já teve duas ou três pneumonias, a primeira coisa que pergunto é: “Teve febre?”. “Não. Tinha 37,2”. Já sei que a coisa está mal. Ou seja, quando é preciso fazer febre, o sistema imunitário não tem força para isso.

O meu filho do meio, de vez em quando não vinha muito bem da escola. Mas não tinha sintomas. Ao final do dia, começava a fazer febre. E chegou a ir até aos 40, 40,5. No dia seguinte estava bom e ia para a escola.

Mas atenção, isto apenas se a pessoa não tiver mais nenhum sintoma. Porque se tem sintomas, temos que os tratar — mas aos sintomas, não é dar uma coisa para a criança não ter febre, sentir-se bem e adormecer. O paracetamol uma das coisas que faz é além de inibir a febre, atuar na zona do sono. Além de baixar a febre, ainda faz as crianças dormir.

O ideal é, não havendo sintomas associados, não fazer nada em relação à febre. Mas não se faz isso num recém-nascido — porque num recém-nascido não nos apercebemos se há alguma coisa mal. Mas se não for, não fazemos nada. Se houver sintomas associados, e normalmente há, damos qualquer coisa, não para a febre descer, mas para o que está a provocar a febre.

**A homeopatia pode substituir a medicina convencional?**

Eu prefiro dizer que a homeopatia devia co-existir com a medicina convencional. Quando dizemos que é uma medicina alternativa — e o livro chama-se assim —, estamos a dizer que é uma medicina alternativa. Portanto, se é alternativa pode substituir, e já lhe dei vários exemplos em que pode substituir. Se nós pensarmos no doente, apenas e só no doente (mas não é isso que acontece na nossa sociedade, isso é uma utopia), quase todos os problemas das crianças (e não vamos para coisas complicadas, como o cancro) podemos tratar com homeopatia. E até problemas crónicos.

Ou coisas mais simples: infeções urinárias em mulheres adultas, que é uma coisa super banal. Tenho pessoas que começam a tomar antibiótico aos 15, quando chegam ao pé de mim têm 45 e passaram todos os meses da vida delas a tomar antibiótico. Isto é vulgar, mas isto é errado.

“Apercebo-me que as pessoas acham que a homeopatia são chazinhos, uma coisa menor. Há falta de informação, por um lado, e há muita desinformação, por outro.”

Não sou contra a medicina convencional, pelo contrário. Quando são emergências mais complicadas, quando há um acidente, graças a Deus que há um hospital para onde a pessoa ir. E o que essas pessoas fazem é impagável. Não tem nada a ver com isso — é tudo o resto. Para mim, numa sociedade perfeita, utópica, primeiro vinha a homeopatia. “Não dá, está a falhar? Então vamos para coisas mais agressivas”.

**Dedica 40% do livro a mostrar adeptos de homeopatia. Porquê?**

Porque isto é para o público. Apercebo-me que as pessoas acham que a homeopatia são chazinhos, uma coisa menor. Há falta de informação, por um lado, e há muita desinformação, por outro. Houve muitos artigos que apareceram em revistas e até reportagens televisivas que eu fiquei a perguntar: “O que é que estão a dizer?”. E foi por isso que escrevi o livro, que não é para homeopatas — se não, não tinha nada disso.

Achei que era importante explicar que há pessoas muito importantes, de que o público já ouviu falar, que são adeptas da homeopatia.

**Da sua experiência profissional, quais são os casos em que a homeopatia tem resultados mais evidentes?**

Nos casos agudos como uma otite, amigdalite, apendicite, pneumonia. É muito forte o efeito que se consegue ter. E rápido. E em alguns casos crónicos, como estes [aponta para a contracapa do livro].

“O que nós temos aqui em Portugal são muitas pessoas que dizem que estão a fazer homeopatia e não estão. Desde pessoas que fazem osteopatia e mandam assim uns medicamentos homeopáticos.”

**No livro tem uma frase de Ghandi que diz que a homeopatia é “sem sombra de dúvida, a ciência médica mais completa, segura e económica”. Ainda é a mais económica?**
É. Em todo o mundo. Por isso é que é utilizada na Índia, é a primeira medicina da Índia. As pessoas lá não têm dinheiro para químicos. Vou-lhe dar um exemplo: um frasco de quatro gramas de grânulos, em que nós usamos dois ou três de cada vez (atenção que isto não é químico, usar dois ou três não é importante), custa entre 3€ e 4€. E é um frasco cheio de grânulos. Nós damos um medicamento de cada vez — portanto, é muito menos dispendioso.

O único problema que tem é que não é comparticipado. E as pessoas têm de pagar as consultas. Mas também não precisam normalmente de consulta com frequência. Precisamos é de comunicar, mas pode ser por telefone.

**Quanto é que custa uma consulta?**

No meu caso, a primeira consulta são 85€ e as outras 70€. Se tratar por telefone, as pessoas fazem uma transferência de 30€.

**Dá também workshops. É procurada por médicos da medicina convencional?**

Não. Só estudantes de medicina e de farmácia. Estão constantemente a pedir-me para ir aos congressos e reuniões que fazem para falar sobre homeopatia. Estive na Faculdade de Medicina do Porto no ano passado, por exemplo. Nunca tive nenhum médico. Tenho às vezes comentários de doentes: “Ah, ficou muito surpreendido”, “pediu-me o seu contacto”. Mas nunca recebi ninguém. Aqui em Portugal não, isto é muito complicado.

**Mas estes jovens estudantes de medicina vão ser médicos um dia. Será que caminhamos para uma mudança?**
Não.

**Porquê?**
Porque não deixam.

**Mas são os interesses das indústrias farmacêuticas?**
Sim. Faça só uma conta: tenho três filhos, e durante 25 anos — num, o outro tem 18 e o outro 15 — nunca utilizei nenhum medicamento. Multiplique isso por milhões. Está a ver o caos, não está? Isto nunca vai acontecer. Mas poderia haver a possibilidade de uma abertura. No Brasil, Índia e Grécia, são os médicos que fazem homeopatia. Nem é possível de outra forma, eu não poderia fazer homeopatia na Grécia. No Brasil poderia, na Índia já não. É uma especialidade médica. Não tem nada de extraordinário.

**Mas em Portugal não.**

Em primeiro lugar, em Portugal a homeopatia é a única medicina alternativa que ainda não foi completamente regulamentada. Acho que é por isso: a parte possivelmente dos médicos está a fazer alguma pressão. Não sei qual é a ideia, não sei o que se passa, nem quero ir por aí porque não é a minha área. Mas de facto é pena, porque poderíamos incorporar as coisas de outra maneira.

O perigo disto é que, para se fazer homeopatia como eu faço, é preciso saber. E não é fácil. O que nós temos aqui em Portugal são muitas pessoas que dizem que estão a fazer homeopatia e não estão. Desde pessoas que fazem osteopatia e mandam assim uns medicamentos homeopáticos; acupuntura: “Tome também isto”. Naturopatas: é um saco cheio de coisas, e no meio daquilo há lá uns medicamentos homeopáticos. Depois tem as farmácias, que conseguem ser tão tradicionalistas como os médicos — sei do que falo, trabalhei nessa área. As farmácias têm produtos que nós chamamos de complexo terapia, mas que em Portugal são apelidados de formulações ou medicamentos homeopáticos. Fundamentalmente de origem francesa ou alemã, são misturas de medicamentos.

Como falámos, em homeopatia há uma lei: não se pode misturar. É um medicamento de cada vez.

**Porque é que isto acontece?**

Isto é para as pessoas que não percebem nada de homeopatia irem ao balcão e dizerem: “Olhe, eu quero um xarope para a tosse, mas não queria um químico, veja lá se tem alguma coisa natural”. E pagam um dinheirão por aquilo. Isso não é homeopatia.