

Carboterapia

João Martins

O uso terapêutico do carvão é uma prática milenar, embora não seja um medicamento nem alimento. Sua eficácia deve-se à capacidade de adsorção, ou seja, de captar e fixar através de seus poros as substâncias estranhas ou tóxicas que estão no ar, na água, nos alimentos, no nosso corpo ou sobre a pele.

Intoxicações

É amplamente comprovado em todo o mundo que o carvão adsorve com muita eficácia várias substâncias estranhas que invadem o nosso organismo: drogas químicas, aditivos alimentares, agrotóxicos e adubos químicos, metais pesados, gases, detergentes. Ao adsorver essas substâncias e retirá-las do nosso corpo o carvão age como um poderoso desintoxicante, liberando a sobrecarga dos rins e do fígado.

Até bactérias

Mas não é apenas com os produtos químicos que o carvão tem eficácia. Ele também é capaz de adsorver alguns vírus, bactérias e as toxinas por elas produzidas na decomposição dos materiais orgânicos. Há relatos, ainda, da capacidade do carvão de adsorver veneno de cobras, aranhas e abelhas, além das micotoxinas produzidas por fungos e que muitas vezes contaminam os alimentos.

Sabedoria popular

Muita gente usa o carvão, mesmo sem conhecer suas propriedades. A sabedoria popular ensina, por exemplo, que um pedaço de carvão colocado dentro da geladeira elimina odores que se formam da decomposição dos alimentos.

Carvão ativado

O carvão vegetal ativado tem uma capacidade de adsorção ainda maior. A ativação, ou oxidação, é realizada a temperaturas muito elevadas, na presença de gases oxidantes. Com essa ativação, o carvão desenvolve uma rede de poros ainda mais numerosos, o que aumenta suas propriedades adsorventes. Só para se ter uma idéia dessa potencialização, um centímetro cúbico de carvão ativado tem uma superfície total de um quilômetro quadrado.

Como usar

O carvão ativado é muito usado no tratamento da água e até em filtros domésticos. Mas você pode tê-lo sempre à mão, em forma de cápsulas vendidas em farmácias, para uso nos casos de intoxicações. É aconselhável tomar o carvão longe das refeições, para evitar a possível adsorção de nutrientes dos alimentos.

Carvão não ativado

Embora com capacidade menor de adsorção, o carvão vegetal simples, não ativado, também tem ótimos efeitos. Use e abuse dele. Você pode colocar um pedaço do carvão (desse mesmo que é usado na churrasqueira) dentro do seu filtro de água ou, ainda melhor, colocar um punhado deles dentro da caixa d'água, purificando toda a água da casa. Periodicamente, você tira esse carvão, lava com uma escova para tirar as crostas que se formaram, seca ao sol e reaproveita. Experimente, também, usar um pedaço de carvão em cada ambiente de sua casa, para adsorção de energias em desequilíbrio.

(Extraído da Coluna "A saúde brota da natureza", publicada no Jornal Regional de Penápolis - 15/10/06)