

ESCALA DE BRISTOL NA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA: OCIDENTE E ORIENTE EM HARMONIA

*THE BRISTOL STOOL SCALE IN TRADITIONAL CHINESE MEDICINE: WEST AND EAST
IN HARMONY*

*ESCALA DE HECES DE BRISTOL EN LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA:
OCCIDENTE Y ORIENTE EN ARMONÍA*

Juliana Irani Fratucci De Gobbi¹
Maíra Belli²
Paula Regina Milani³

Resumo

O assunto das fezes ainda é subestimado no Ocidente, mas é objeto de investigação nas práticas orientais. Propomos um paralelo entre o uso da escala de Bristol, que acessa as características das fezes, e a Medicina Tradicional Chinesa. A escala de Bristol utiliza desenhos e descrição das fezes de acordo com sua forma e consistência, já validada para o português. No Ocidente, as características das fezes não são convencionalmente estudadas, a menos que algo chame a atenção sobre elas. O uso da escala facilita o acesso às características das fezes de um paciente, facilitando a correlação a um padrão energético, segundo a Medicina Tradicional Chinesa. A escala de Bristol, ferramenta da medicina ocidental, pode auxiliar no interrogatório do paciente ocidental e direcionar uma proposta terapêutica para a medicina oriental.

Palavras-chave: fezes; Escala de Bristol; interrogatório; diagnóstico energético.

Abstract

The subject of feces in the West is still underestimated, but it is an object of investigation for Eastern practices. We propose a parallel between the use of the Bristol Stool Scale, used to access the characteristics of feces, and Chinese Medicine. The Bristol Stool Scale uses drawings and descriptions of feces according to their shape and consistency, and it is already validated for Portuguese. In the West, it's not common to study the feces characteristics unless something in them calls attention. In this regard, the use of the scale facilitates access to the characteristics of a patient's feces. This facilitates the explanation of an energy pattern according to Traditional Chinese Medicine. Bristol Stool Scale, a Western medicine tool, can help in questioning Western patients and guiding a therapeutic proposal for Eastern medicine.

Keywords: feces; Bristol Stool Scale; questioning; energy diagnosis.

Resumen

El tema de las heces todavía es subestimado en Occidente, pero es objeto de investigación en las prácticas orientales. Proponemos un paralelo entre el uso de la escala de heces de Bristol, que accede a sus características, y la Medicina Tradicional China. La escala de heces de Bristol utiliza dibujos y descripción de las heces según su forma y consistencia, ya validada para el portugués. En Occidente, las características de las heces no son convencionalmente estudiadas, a menos que algo de ellas llame la atención. El uso de la escala facilita el acceso a las características de las heces de un paciente, facilitando la correlación a un estándar energético, de acuerdo con

¹ Professora Assistente Doutora em Fisiologia Humana, Departamento de Biologia Estrutural e Funcional (setor Fisiologia), Instituto de Biociências de Botucatu, UNESP, Campus de Botucatu; pós-graduanda em Medicina Tradicional Chinesa do Centro de Terapias Naturais, CETN, unidade Bauru-SP, Faculdades Integradas Libertas. E-mail para correspondência: juliana.gobbi@unesp.br.

² Médica Veterinária Integrativa, Pós-graduanda em Acupuntura Veterinária pelo Instituto Bioethicus, Botucatu - SP. E-mail: mairabelli@gmail.com.

³ Farmacêutica Bioquímica, Especialista em Acupuntura. E-mail: pr.milani@gmila.com

la Medicina Tradicional China. La escala de heces de Bristol, herramienta de la medicina occidental, puede auxiliar en el interrogatorio del paciente occidental y direccionar una propuesta terapéutica a la medicina oriental.

Palabras clave: heces; escala de heces Bristol; interrogatorio; diagnóstico energético.

1 Introdução

O assunto sobre fezes e os tipos de evacuação ainda apresenta certo constrangimento. Contudo, a observação sobre as fezes pode ajudar nos tratamentos e condutas terapêuticas. Para a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), o funcionamento dos órgãos e vísceras é visto de uma perspectiva de fisiologia energética, com padrões distintos dos da medicina ocidental. Identificar as características das fezes pode ser um aliado para correlacionar padrões energéticos relacionados ao funcionamento dos órgãos e vísceras (Zang Fu para a MTC) ou a uma possível invasão de fatores patogênicos (Xie Qi, para a MTC). Muitas vezes, o paciente não consegue descrever adequadamente ou não presta atenção sobre as fezes por ser algo visto como uma excreção não muito elegante. Na maioria das vezes, fala-se mais sobre textura, frequência, cor e cheiro na pediatria ocidental ou quando algo muito alarmante ocorre com as fezes. A MTC utiliza vários sinais que se exteriorizam do corpo para inferir o estado de funcionamento dos Zang Fu com uma visão de fisiologia energética. A inspeção da língua e do pulso fornece importantes reflexos sobre a fisiologia energética dos órgãos, ou invasões externas, existindo padrões bem estabelecidos para a inspeção da língua e do pulso descritos nos clássicos chineses. Mas e as fezes? Na anamnese chinesa, o interrogatório, característico da MTC, deve levar em conta as fezes e urinas quanto à coloração, cheiro e frequência. O acupunturista é instigado durante o interrogatório ao paciente a perguntar sobre as fezes e urinas dentro da “Canção das 10 perguntas”^{1,2}. Porém, esta tarefa pode ser facilitada se aliada à medicina ocidental para pacientes culturalmente adaptados a esse tipo de medicina.






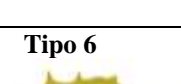
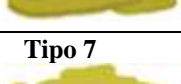
Com esta perspectiva, propomos, a partir de uma escala ocidental validada para as fezes, correlacionar o estado energético dos Zang Fu, segundo a MTC, com o intuito de facilitar tanto a comunicação do paciente com o acupunturista quanto o direcionamento para um diagnóstico energético.

Há cerca de duas décadas, foi desenvolvida na Inglaterra uma escala gráfica e descritiva para facilitar o trabalho sobre acessar o estado das fezes. A Escala de Bristol para Consistência de Fezes - EBCF (*Bristol Stool Form Scale*), desenvolvida e validada por Heaton e Lewis³ (1997), avalia o conteúdo fecal utilizando desenhos e descrições representando sete tipos de fezes. A escala apresenta as imagens que ilustram as fezes, juntamente com descrições quanto à forma e à consistência, recorrendo a exemplos facilmente reconhecíveis pelo leigo⁴. O

paciente deve selecionar o tipo de fezes que mais se assemelha às suas próprias, de acordo com a consistência e a forma^{4,5}. Tal escala já foi validada para a cultura e o português do Brasil tanto para adultos⁶ quanto para crianças⁷.

Dessa forma, analisando informações segundo textos consagrados para a MTC, propomos um paralelo para os 7 tipos de fezes segundo a Escala de Bristol e as concepções da fisiologia chinesa, conforme a tabela 1, elaborada para auxiliar o acupunturista a interpretar sinais sobre a fisiologia energética do paciente correlacionando os tipos de fezes:

Tabela 1: Escala de Bristol correlacionado fatores externos e os Zang Fu.

Escala de Bristol adaptada para a MTC			
<i>Tipo/Imagem</i>	<i>Características</i>	<i>Fatores externos</i>	<i>Zang Fu/Substâncias</i>
Tipo 1 	Fezes secas e duras em bolinhas	Calor-Fogo Secura (diminui o Yin (Jin) e os líquidos) Em geral afundam na água	Pulmões Fígado Falta YIN dos Rins Intestino Delgado Bexiga
Tipo 2 	Fezes com continuidade, lembra uma salsicha, mas com grumos	Secura	
Tipo 3 	Fezes como salsicha, algumas fissuras	Consideradas normais na medicina ocidental	NDN
Tipo 4 	Fezes salsicha lisa	Consideradas normais na medicina ocidental	NDN
Tipo 5 	Fezes em pedaços amolecidos com contornos	Calor e umidade A umidade é de natureza colante e estagnante produzindo fezes pastosas Em geral ficam sobre a superfície da água	Deficiência Baço-Pâncreas
Tipo 6 	Fezes esfarrapadas e aeradas, aspecto fofo	Umidade	Deficiência Baço-Pâncreas Deficiência de QI dos Rins (especialmente se tiver lombalgia)
Tipo 7 	Fezes líquidas, cor clara, pode conter pedaços de alimentos não digeridos	Frio-umidade	Deficiência de QI do Baço Deficiência de Yang dos Rins

Fonte: elaborado pelas autoras.

2 Possibilidades a partir da correlação da escala de Bristol

2.1 Tipos 1 e 2, relacionados a padrões de constipação

- **Tipo 1** — fezes não contínuas, como pequenas bolinhas ou bloquinhos (fezes em nozes ou fezes de cabra), características da constipação, muitas vezes duras, compactadas, em geral de cor mais escura. Podemos suspeitar de secura, indício de

consumo de líquidos pelo organismo. Estagnação de Qi do fígado ou calor dos intestinos.

- **Tipo 2** — fezes com continuidade, forma mais alongada, lembra o formato de uma salsicha, com a impressão de grumos unidos, mas dura, compactada. Quando as fezes se apresentam secas, duras e escassas, pode-se ter deficiência de Yin dos rins. A secura pode determinar fezes duras e secas, um padrão de calor⁸. Para a MTC, o calor-fogo diminui os líquidos. Situações de excesso determinam diminuição na frequência das fezes, que podem ser acompanhadas de sensações de queimadura no ânus.

2.2 Tipos 3 e 4, relacionados a padrões de normalidade

- **Tipo 3** — fezes em continuidade, alongadas como salsicha, homogêneas, a superfície se apresenta lisa, com algumas fissuras.
- **Tipo 4** — parecem uma salsicha, homogêneas como um ou até dois blocos, contínuas com superfície macia e lisa.

São situações que representariam equilíbrio sobre o funcionamento dos Zang Fu e das substâncias fundamentais, caso apenas as fezes forem consideradas. Na tabela, propomos a notação “nada digno de nota” (NDN). Nos idosos, fezes aparentemente normais, porém difíceis de expelir, podem indicar vazios de Qi, os rins podem apresentar uma deficiência, Uma vez que controlam a abertura dos orifícios, e o avançar da idade pode determinar diminuição do Jing^{1,2}.

- **Tipo 5** — quando as fezes estão ficando mais amolecidas, mas ainda não são consideradas uma diarreia; apresentam-se fragmentadas, com contornos irregulares, e têm aspecto macio e pastoso. Para a MTC, mais pastoso é indício de umidade. Aspecto pegajoso também é indício de umidade e alerta para mau funcionamento do baço-pâncreas.

2.3 Tipos 6 e 7, relacionados a padrões de diarreia

- **Tipo 6** — fezes fragmentadas, esfarrapadas, não se identifica muito bem a separação, amolecidas e úmidas. Pela MTC, pode indicar calor-umidade nos intestinos se forem pastosas, desagregadas, viscosas e tiverem coloração amarelo-escuro. Caso se apresentem no tipo 6 de forma crônica, indicam deficiência de Qi dos rins. Odor forte

é indício de calor, ausência de odor é indício de frio. Se as fezes forem primeiro secas e depois amolecidas, pode indicar que a harmonia entre fígado e baço foi rompida. O fígado assegura que o QI flua corretamente em todos os sentidos e o baço transforma o QI para a forma adequada^{1,2}. Essa situação pode representar o fígado em excesso e o baço vazio.

- **Tipo 7** — fezes líquidas, com alimentos não digeridos, em geral mais claras. Para a MTC, correspondem a frio-umidade, um padrão de deficiência de Qi do baço-pâncreas, que não conseguem mais transformar e transportar de forma correta. Invasão de umidade no intestino delgado, que não consegue separar o puro do impuro. Fezes líquidas, em especial pela manhã, podem indicar vazios de YANG do baço-pâncreas e dos rins, e que o frio e a umidade estão em excesso no corpo^{1,2,8}. Fezes com sensação de peso anal, ou prolapso anal em diarreias crônicas, podem indicar sinal de vazios do QI do baço. Diarreia em papa amarelada pode significar que o calor e a umidade estão em excesso no intestino grosso.

Fezes pegajosas, como geleias, acompanhadas de sangue purulento, com cor em geral esbranquiçada, indicam ataque à camada do QI; se o vermelho for a cor predominante, indica ataque ao Xue.

3 Conclusão

O uso da escala de Bristol pode ajudar na obtenção de informações que correlacionem o funcionamento energético dos Zang Fu, colaborando como ferramenta diagnóstica para a medicina oriental em pacientes acostumados à medicina ocidental. Essa perspectiva facilita o fechamento de um diagnóstico e melhora a comunicação do acupunturista com o paciente da medicina ocidental.

Referências

1. Auteroche B, Navailh P. O diagnóstico na Medicina Chinesa. São Paulo: Andrei; 1992.
2. Maciocia G. Diagnóstico na Medicina Chinesa: um guia geral. Rodrigues MI, tradutor. São Paulo: Roca; 2006. Capítulo 20, Observação das excreções; p. 133-5.
3. Lewis SJ, Heaton KW. Stool form scale as a useful guide to intestinal transit time. *Scand J Gastroenterol.* 1997;32:920-4.

4. Pérez MM, Martínez AB. The Bristol scale — a useful system to assess stool form?. *Rev Esp Enferm Dig.* 2009;101(5):305-11.
5. Riegler G, Esposito I. Bristol scale stool form. A still valid help in medical practice and clinical research. *Tech Coloproctol.* 2001;5(3):163-4.
6. Martinez AP, Azevedo GR. Tradução, adaptação cultural e validação da Bristol Stool Form Scale para a população brasileira. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [Internet]. 2012 [cited 2023 Nov 14];20(3):[7 screens]. Available from: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/vDBpwytKNhBsLbzyYkPygFq/?format=pdf&lang=pt> doi <https://doi.org/10.1590/S0104-11692012000300021>
7. Jozala DR, Oliveira IS, Ortolan EV, Oliveira WE Junior, Gomes GT, Cassettari VM, et al. Brazilian Portuguese translation, cross-cultural adaptation and reproducibility assessment of the modified Bristol Stool Form Scale for children. *J Pediatr (Rio J)* [Internet]. 2019 [cited 2023 Nov 14];95(3):321-7. Available from: <https://www.scielo.br/j/jped/a/dZFRx5XnvSyyQ3yBKzGkZPp/abstract/?lang=en#> doi: <https://doi.org/10.1016/j.jped.2018.01.006>
8. De La Vallée ER. Os 101 conceitos-chave da Medicina Chinesa. São Paulo: Inserir; 2009.