

## **PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**

**Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 3 de diciembre de 2007**

### **Los Antibióticos y las Vitaminas Funcionan Juntos**

(OMNS 3 de diciembre de 2007) Los beneficios de usar vitamina C junto con antibióticos son considerables. En un ensayo controlado con vacas lecheras con ubres infectadas, se ha demostrado que la vitamina C en dosis altas tiene efectos sinérgicos cuando se usa con antibióticos. [1] Las vacas se dividieron en dos grupos. Un grupo fue tratado con antibióticos solamente, y el otro grupo fue tratado con antibióticos y el equivalente humano de 10,000 mg / día de inyecciones de vitamina C. El grupo de vitamina C se recuperó mucho antes: en poco más de la mitad del tiempo.

En los seres humanos, se ha demostrado que una cantidad asombrosamente alta de 120.000 mg / día (casi 2.000 veces la dosis diaria recomendada) de vitamina C administrada por vía intravenosa acelera la curación de la piel quemada en un ensayo clínico ciego. [2] De 1000 a 3000 mg / día (100 veces la dosis diaria recomendada) de niacina es un tratamiento estándar para controlar el colesterol. [3] Se ha demostrado que dosis similares de niacina reducen la inflamación [4] y reducen las lesiones cerebrales después de un accidente cerebrovascular. [5]

Una amplia evidencia muestra que la vitamina D actúa como un importante regulador de las respuestas del sistema inmunológico. [6] Muchas de estas vías reguladoras se optimizan cuando la vitamina D está presente en el torrente sanguíneo a niveles considerablemente más altos que los valores promedio en la población estadounidense. Se recomienda la suplementación regular de vitamina D, tomando un multivitamínico diario y 1000 UI diarias adicionales de vitamina D. Además, se debe considerar una dosis única de hasta 5000 UI de vitamina D al inicio de una infección bacteriana grave. Los médicos ahora tienen acceso a pruebas de rutina del estado de la vitamina D. Se recomiendan análisis de sangre periódicos para cualquier persona que tome regularmente grandes cantidades de vitamina D.

Los médicos que manejan infecciones bacterianas potencialmente mortales tienen muchas opciones para administrar vitamina C y niacina. La más simple es la suplementación oral en dosis modestas de 2.000 a 10.000 mg / día de vitamina C y 100 a 500 mg / día de niacina de liberación prolongada o niacina "sin enjuague" (hexaniacinato de inositol). Las inyecciones se pueden usar para administrar dosis mucho más altas directamente en el sitio de la infección. Para mejorar el manejo en el hogar de las infecciones respiratorias, se debe tomar vitamina C, vitamina D y niacina adicionales junto con antibióticos u otros medicamentos recetados.

En la actualidad existen docenas de cepas de bacterias resistentes a los antibióticos. Se estima que matan a unos 100.000 estadounidenses por año, más que el SIDA, el cáncer de mama y los accidentes automovilísticos combinados. La suplementación con vitaminas de alta potencia puede prevenir muchas de estas muertes y acelerar la recuperación.

## Referencias:

- [1] Naresh, Ram; Dwivedi, SK; Swarup, D .; Patra, RC Evaluación del tratamiento con ácido ascórbico en mastitis clínica y subclínica de vacas lecheras indias. Revista Asiático-Australasia de Ciencias Animales, 2002. 15 (6), 905-911.
- [2] Dubick, Michael A .; Williams, Chad; Elgjo, Geir I .; Kramer, George C. La infusión de vitamina C en dosis altas reduce los requerimientos de líquidos en la reanimación de ovejas heridas por quemaduras. Shock, 2005. 24 (2), 139-144.
- [3] Brown, B. Greg. ¿Puede la niacina retardar el desarrollo de la aterosclerosis en pacientes con enfermedad de las arterias coronarias que ya toman estatinas? Nature Clinical Practice Cardiovascular Medicine, 2005. 2 (5), 234-235.
- [4] Yu, Bi-lian; Zhao, Shui-ping. El efecto antiinflamatorio es una propiedad importante de la niacina sobre la aterosclerosis más allá de sus efectos alteradores de lípidos. Hipótesis médicas, 2007. 69 (1), 90-94.
- [5] Maynard, Kenneth I. Neuroprotectores naturales después de un accidente cerebrovascular. Ciencia y Medicina (Narberth, PA, 2002). 8 (5), 258-267.
- [6] Tavera-Mendoza, LE y White, John H. Cell Defenses y Sunshine Vitamin. Scientific American, noviembre de 2007, 62-72.