

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 10 de septiembre de 2016

La Vitamina C Previene los Efectos Secundarios de la Vacuna MMR Por Helen Saul Case

(OMNS, 10 de septiembre de 2016) Este no es un artículo sobre si las vacunas son "buenas" o "malas". Este es un artículo sobre cómo la vitamina C en dosis altas puede proteger a los niños de los efectos secundarios de las vacunas. Hasta que tengamos la opción real de vacunar o no a nuestros hijos, debemos buscar formas de hacer que las inmunizaciones sean más seguras. La vitamina C en dosis altas hace que las vacunas sean más seguras: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n07.shtml>

Cómo administrar la vacuna MMR a un niño con sensibilidad a la vacunación conocida

Nuestra hija recibió recientemente la vacuna MMR (sarampión, paperas y rubéola). De hecho, recibió dos. El estado de Nueva York cambió recientemente la ley que requiere una vacuna MMR adicional para que los niños asistan al jardín de infantes. Teníamos que asegurarnos de que recibiera ambas inyecciones este verano antes de que comenzaran las clases. Nos preocupaba darle dos vacunas MMR (y tan juntas) porque después de una vacuna anterior tuvo una reacción grave.

Hace años, antes de que aprendiéramos a administrar grandes dosis de vitamina C **antes, durante y después de las** vacunas, nuestra hija (que entonces tenía 15 meses) tuvo una reacción grave a la vacuna DPT (difteria, tos ferina y tétanos): perdió la coordinación, gritaba, se caía y tenía fiebre alta. La vitamina C en dosis altas y con un nivel de saturación curó su reacción a la vacuna DPT y nos enseñó una lección importante: dé más vitamina C. Mucho, mucho más. Ahora, para proteger a nuestros niños de los efectos secundarios de las vacunas, les damos dosis muy altas de vitamina C antes, durante (sí, incluso en el consultorio del médico) y después de las vacunas. Para leer más, consulte: <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v11n09.shtml> y <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v12n07.shtml>.

No, la vacuna MMR no es lo mismo que una vacuna DPT. El hecho de que nuestro hijo haya reaccionado a una vacuna no significa necesariamente que reaccionará a otra. Sin embargo, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), "cualquier vacuna puede causar efectos secundarios" y "como cualquier medicamento, es capaz de causar problemas graves". Ver: <http://www.cdc.gov/vaccines/vac-gen/side-effects.htm> Cuando se considera *cuánta vitamina C* tenía nuestra hija después de las vacunas MMR, tenemos que hacernos una pregunta: *¿dónde* estaba? todo va?

¿Cuánto C? Mucho. Un montón.

Nuestra hija de cinco años y aproximadamente 17 kg (37 libras) recibió dosis de nivel de saturación de 8.000 a 11.000 miligramos (mg) de vitamina C todos

los días la semana anterior a su primera vacuna triple vírica. El día de la inyección, sostenía feliz y cómodamente 24.000 mg. Durante los siguientes días después de la inyección, su dosis se redujo a 20.000 mg / día. Luego, durante los siguientes cuatro días, su dosis de vitamina C bajó a 15.000 mg / día. Los siguientes cuatro: 14.000 mg, 13.000 mg, 12.000 mg y 11.000 mg por día respectivamente.

Durante las siguientes semanas antes de su segunda vacuna triple vírica, estaba recibiendo entre 8.000 y 11.000 mg de vitamina C al día.

El día de su segunda vacuna triple vírica, poco más de un mes después de la primera, una vez más recibió y sostuvo cómodamente 24.000 mg de vitamina C. Al día siguiente: 19.000 mg. Una vez más, usando la tolerancia intestinal como indicador, disminuimos gradualmente esta dosis durante las dos semanas posteriores a esta segunda inmunización a un promedio de 9,000 mg / día. Finalmente, volvimos a su dosis regular de 5,000 mg / día o 1,000 mg / día por año de edad, siguiendo la recomendación del Dr. Frederick Robert Klenner: <http://orthomolecular.org/library/jom/1998/articles/1998-v13n04-p198.shtml> o <http://www.doctoryourself.com/klennerpaper.html> .

De acuerdo con la Declaración de información sobre la vacuna de los CDC que recibimos del pediatra de nuestra hija, la vacuna MMR puede causar "problemas leves" como fiebre, erupción e inflamación glandular; "problemas moderados" que incluyen convulsiones inducidas por fiebre y articulaciones dolorosas; y "problemas graves" como reacciones alérgicas graves, sordera, coma y daño cerebral permanente. Ver: <http://www.cdc.gov/vaccines/vac-gen/side-effects.htm>

Nuestra hija no experimentó ni uno solo de estos efectos secundarios de las inyecciones de MMR. No tuvo ninguna reacción a la vacunación. No tenía fiebre, ni hinchazón, ni nada. Ella estaba (y está) feliz y saludable. ¿Cómo habrían ido las cosas si no le hubieran dado altas dosis de vitamina C? No lo sabemos. Y no estamos dispuestos a correr riesgos con posibles efectos

Uso de la tolerancia intestinal como indicador de vitamina C "suficiente"

Todo el mundo quiere saber, "¿Cuánta vitamina C?" No hay una cantidad fija. Por eso la tolerancia intestinal es el indicador ideal. Cuando lo justifican eventos tales como enfermedades, enfermedades potenciales o vacunas, les damos a nuestros hijos suficiente vitamina C para llegar justo al punto de saturación o heces blandas. Esto a menudo se indica por un ruido de estómago o algo de gas. Si las heces se aflojan, disminuimos la cantidad de vitamina C que aportamos. Si nuestros hijos están felices y sonando, está bien. Después de cada vacuna de MMR, el cuerpo de nuestra hija aceptó hasta 24,000 mg / día de vitamina C. En cualquier otro día regular, alcanzaría tolerancia intestinal en dosis mucho más bajas.

Para reiterar, le damos vitamina C a la tolerancia intestinal cuando nuestros hijos muestran signos de enfermedad (secreción nasal, tos, estornudos) y antes, durante y después de las vacunas. Hacemos que alcancen la tolerancia

intestinal a la vitamina C *antes de* que se desarrolle una enfermedad y para *prevenir* los efectos secundarios de las vacunas.

"El método de titulación (tolerancia intestinal) o grandes dosis intravenosas son absolutamente necesarios para obtener excelentes resultados. El método produce efectos espectaculares en todos los pacientes capaces de tolerar estas dosis. Un placebo no podría funcionar de manera tan confiable, incluso en bebés y niños, y tienen un efecto tan profundo en los pacientes críticamente enfermos". - Dr. Robert F. Cathcart III

Así es como aplicamos el método de tolerancia intestinal del Dr. Robert F. Cathcart: para nuestra hija de cinco años, le damos dosis orales de vitamina C durante el día en dosis divididas, comenzando el día con una "dosis de carga" más grande (aproximadamente 3,000 mg) y luego administre dosis más pequeñas y frecuentes (aproximadamente 2,000 mg cada dos horas) hasta aproximadamente una hora antes de acostarse. Cuando era más joven, dábamos menos y ella "sostenía" menos. La tolerancia intestinal es un indicador excelente de vitamina C "suficiente" sin importar la edad de su hijo.

Para obtener más información sobre cómo administrar altas dosis de vitamina C a los niños, lea: <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v12n09.shtml>

En caso de duda, administre vitamina C

Nuestra hija puede ser un caso especial. Tal vez su hijo no necesite tanta vitamina C. Sin embargo, conociendo la increíble seguridad y eficacia de la vitamina C en dosis altas, nos sentimos muy cómodos dándole a nuestra hija lo que me gustaría llamar dosis del tamaño de "no correr riesgos" en el momento de la inmunización. hora.

No, no nos arriesgamos. Tomamos vitaminas. Y tomamos muchos de ellos.

(La *editora asistente de OMNS, Helen Saul Case, es autora de The Vitamin Cure for Women's Health Problems y coautora de Vegetable Juicing for Everyone. Su último libro es Vitamins & Pregnancy: The Real Story*).

Aprender más:

Caso HS. No se vacune sin vitamina

C. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n09.shtml>

Caso HS. Vacunas, vitamina C y

"elección". <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v12n07.shtml>

Cathcart RF. Vitamina C, titulación hasta tolerancia intestinal, anascorbemia y escorbuto agudo inducido. *Hipótesis médicas* , 1981 7: 1359-

1376. <http://www.doctoryourself.com/titration.html>

Downing D. Vacuna contra la influenza: no hay pruebas

sólidas. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n02.shtml>

Downing D. Por qué este médico cuestiona la vacunación contra la influenza. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n06.shtml>

Kalokerinos, A. *Cada segundo niño* . Thomas Nelson (Australia) 1974.

Klenner FR. Observaciones sobre la dosis y administración de ácido ascórbico cuando se emplea más allá del rango de una vitamina en patología humana. *Revista de nutrición aplicada*, 1971, vol. 23, núms. 3 y 4, págs. 61-87. <http://orthomolecular.org/library/jom/1998/articles/1998-v13n04-p198.shtml> y <http://www.doctoryourself.com/klennerpaper.html>

Levy TE. La vitamina C previene los efectos secundarios de la vacunación; aumenta la eficacia <http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n07.shtml>

Levy TE. Vitamina C, culebrilla y vacunación. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v09n17.shtml>

Munsterhjelm-Ahumada K. Las autoridades sanitarias ahora admiten efectos secundarios graves de la vacunación: gripe porcina, pandemrix y narcolepsia <http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n10.shtml>

Saul AW. Notas sobre el uso ortomolecular (megavitamina) de vitamina C. http://www.doctoryourself.com/ortho_c.html

Saul AW. ¿Disparos o no? La peste, la gripe y tú. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n05.shtml>

Yanagisawa A. Tratamiento ortomolecular para los efectos adversos de la vacuna contra el virus del papiloma humano (VPH). <http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n05.shtml>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 15

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 12 de agosto de 2016

Los suplementos son seguros: ¿quién le miente ahora? por Helen Saul Case

(OMNS, 12 de agosto de 2016) Una vez más, los medios de comunicación amenazan al público con la falsa noción de que los suplementos de nutrientes y minerales esenciales son peligrosos y deben tratarse "como un medicamento" [1]. (Y no "lo tratan". como un medicamento "solo refuerza el punto de que *los medicamentos recetados* son peligrosos? Pero estoy divagando).

Informe incorrecto de un informe incorrecto

Para un programa de noticias matutino que dice ofrecer "todo lo que importa", parece que CBS no ha cumplido esa promesa.

El 27 de julio, CBS News lideró su segmento "Un nuevo estudio da la alarma sobre los suplementos dietéticos" con la declaración de que "una nueva investigación puede hacer que reconsidere algunas de sus vitaminas". Bueno, eso llama nuestra atención, ¿no? Excepto que su "noticia" no tiene nada que ver con las vitaminas.

"Un nuevo estudio realizado por *Consumer Reports* describió los riesgos para la salud asociados con los suplementos dietéticos, incluidas las vitaminas, los probióticos y las ayudas para bajar de peso", dice CBS. **Pero ninguno de los 15 ingredientes de suplementos supuestamente dañinos enumerados en el artículo de *Consumer Reports* era una vitamina.** [2] O un probiótico. ¿Por qué CBS incluso los menciona?

CBS cita al editor adjunto de contenido de *Consumer Reports* : "A diferencia de los productos farmacéuticos que deben probarse que son seguros y efectivos, los suplementos dietéticos no tienen que pasar por la aprobación de la FDA". Pero esa tampoco es una afirmación cierta. Si los medicamentos recetados "deben probarse que son seguros y efectivos", ¿por qué *mueren* tantas personas ? CBS se olvida de mencionar que **cada año ocurren más de 100,000 muertes debido a los medicamentos recetados que se toman según las indicaciones.** [3] También se olvidan de mencionar el informe más reciente de la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos: los **suplementos causaron cero muertes**.en 2014. [4] Y no, no fue solo un "buen año". Décadas de datos confirman la notable seguridad de los suplementos. [5] Las vitaminas y los probióticos, en particular, son extremadamente seguros.

Con el fin de llevar a casa el supuesto peligro de los suplementos dietéticos, CBS se toma el tiempo para resaltar la muerte de un joven que usaba cafeína en polvo. [6] La cafeína es un estimulante, no un nutriente. "La cafeína y los nutrientes tienen muy poco en común", dicen Gert Schuitemaker, PhD, y Bo Jonsson, MD. "Los nutrientes son parte del metabolismo humano y son

necesarios para mantener una salud adecuada". [7] CBS no menciona eso. Simplemente proyectan una sombra sobre todos los suplementos.

En cuanto a los suplementos dietéticos que no están aprobados por la FDA, la falta de aprobación de la FDA no significa que los suplementos no estén regulados. Ellos **están** regulados.

TODOS los suplementos dietéticos están regulados

No debemos confundir la aprobación de la FDA con la regulación de la FDA. El hecho de que un suplemento dietético no esté aprobado por la FDA no significa que sea "malo". Y los medicamentos farmacéuticos aprobados por la FDA no son automáticamente "buenos". Las empresas de suplementos son responsables de garantizar la seguridad de sus productos y de proporcionar un etiquetado preciso. Si no lo hacen, la FDA siempre ha tenido el poder de retirar del mercado productos peligrosos o etiquetados falsamente de cualquier tipo.

Para reiterar, la Administración de Drogas y Alimentos de los EE. UU. Puede, en cualquier momento, retirar cualquier suplemento de los estantes. No se equivoque, ellos usan este poder. El secretario de Salud y Servicios Humanos (HHS), Tommy G. Thompson, declaró: "[L]a FDA no tolerará la comercialización de suplementos dietéticos que tienen más probabilidades de dañar la salud que de ayudarla". [8]

"La FDA regula tanto los suplementos dietéticos terminados como los ingredientes dietéticos". [Administración de Drogas y Alimentos de EE. UU., <http://www.fda.gov/Food/DietarySupplements/>]

Sesgo en "Consumer Reporting"

El conflicto de intereses puede tener mucho que ver con ese artículo negativo de *Consumer Reports* sobre suplementos. Todo lo que hay que hacer es revisar el panel de "expertos" que *Consumer Reports* eligió para ayudarlos a "desarrollar los criterios" para la lista de 15 ingredientes complementarios que deben evitarse. [9] Para obtener más información, querrá leer: <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2016/08/09/consumer-reports-attacks-supplements.aspx>

Los suplementos son abrumadoramente seguros

El informe de noticias de CBS hizo algo bien: cita al Consejo de Nutrición Responsable, quien dio una respuesta muy responsable: "Más de 150 millones de estadounidenses toman suplementos dietéticos cada año ... De manera abrumadora, los suplementos dietéticos son seguros y desempeñan un papel valioso para ayudar Los estadounidenses llevan estilos de vida saludables ". [10]

Los suplementos son seguros, CBS. Informe eso, por favor.

(La editora asistente de OMNS, Helen Saul Case, es autora de *The Vitamin Cure for Women's Health Problems* y coautora de *Vegetable Juicing for Everyone*. Su último libro es *Vitamins & Pregnancy: The Real Story*).

Referencias:

1. <http://www.cbsnews.com/news/dietary-supplements-health-risks-consumer-reports-15-ingredients-to-avoid/>
 2. <http://www.consumerreports.org/vitamins-supplements/15-supplement-ingredients-to-always-avoid/>
 3. Starfield, B. "¿Es la salud de EE. UU. Realmente la mejor del mundo?" JAMA 284 (4) (26 de julio de 2000): 483-485. http://extension.oregonstate.edu/coos/sites/default/files/FFE/documents/us_health_care.pdf
- Véase también: Lazarou, J., B. H Pomeranz, PN Corey. "Incidencia de reacciones adversas a medicamentos en pacientes hospitalizados: un metaanálisis de estudios prospectivos". JAMA 279 (15) (15 de abril de 1998): 1200-1205.
4. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v12n02.shtml>
- Véase también: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n02.shtml>
5. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n04.shtml>
 6. <http://www.cbsnews.com/news/dietary-supplements-health-risks-consumer-reports-15-ingredients-to-avoid/>
 7. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n10.shtml>
 8. <http://www.fda.gov/NewsEvents/Newsroom/PressAnnouncements/2004/ucm108379.htm>
 9. http://www.consumerreports.org/content/dam/cro/magazine-articles/2016/September/Consumer_Reports_Magazine_Methodology_Behind_15_Ingredients_to_Always_Avoid_9-16_Issue.pdf
 10. <http://www.cbsnews.com/news/dietary-supplements-health-risks-consumer-reports-15-ingredients-to-avoid/>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 14

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 10 de julio de 2016

FOX News se vuelve ortomolecular

Afirma las altas dosis de vitamina C para embarazos más seguros y saludables

Comentario de Andrew W. Saul, editor

(OMNS, 10 de julio de 2016) ¿Miles de miligramos de vitamina C para mujeres embarazadas? ¿Y en realidad es una **buena** idea? Sí a ambos, y sí para que todo el mundo lo vea en <http://www.foxnews.com/health/2016/07/10/9-supplements-to-ease-pregnancy-complaints.html> .

Recientemente, criticamos a la gigantesca Red Postmedia de Canadá por matar un artículo escrito por un médico sobre el éxito de la vitamina C en altas dosis para la meningitis. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v12n12.shtml> .

Es justo que felicitemos a Fox News por tener el ánimo de publicar la historia más positiva de los medios de comunicación sobre el uso ortomolecular de suplementos vitamínicos en años: ["Nueve suplementos para aliviar las quejas del embarazo"](#).

Significativamente, Fox informó sobre una de las áreas más importantes de la medicina nutricional: el trabajo clínico del Dr. Frederick Robert Klenner:

"Se ha demostrado que esta terapia de vitamina C de dosis alta iniciada por el Dr. Frederick R. Klenner previene las hemorragias posparto, el sufrimiento cardíaco fetal, acorta el trabajo de parto y reduce el dolor del parto".

Se proporcionan detalles de altas dosis para el lector interesado. El hecho de que, al hacerlo, Fox cita a mi hija (usted sabía que tenía que haber un ángulo aquí en alguna parte, ¿no es así?) Es ciertamente apreciado. Pero mire estos números, por fin impresos en todo el mundo:

"La vitamina C, que fortalece los ligamentos y tendones, también alivia el dolor. [Helen] Saul Case recomienda 4.000 miligramos al día durante el primer trimestre, 6.000 miligramos durante el segundo trimestre y 10.000 a 15.000 miligramos en el tercer trimestre".

Esas cantidades provienen directamente del artículo del Dr. Klenner, "Observaciones sobre la dosis y la administración de ácido ascórbico cuando se emplea más allá del rango de una vitamina". [1]

En su artículo, el Dr. Klenner escribió:

"Las observaciones realizadas en más de 300 casos obstétricos consecutivos con ácido ascórbico suplementario, por vía oral, me

convencieron de que no usar este agente en cantidades suficientes durante el embarazo limita con la negligencia. La cantidad más baja de ácido ascórbico que usé fue de 4 gramos (4000 mg) la cantidad máxima 15 gramos (15.000 mg) al día "

Están las dosis, directamente de un médico que sabía lo bien que funcionaban.

Ahora todo el mundo puede saberlo. Se corrió la voz.

Aprender más:

1. Descarga gratuita de texto completo

en <http://orthomolecular.org/library/jom/1998/pdf/1998-v13n04-p198.pdf>

También en línea en

<http://www.doctoryourself.com/klennerpaper.html> y

https://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/197x/klenner-fr-j_appl_nutr-1971-v23-n3&4-p61.htm y

<http://www.whale.to/a/klenner1971.html>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más

información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 13

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 18 de mayo de 2016

¿La ensalada puede causar autismo?

Si Johns Hopkins lo dice, DEBE ser verdad

Comentario de Andrew W. Saul, editor

(OMNS, 18 de mayo de 2016) Si cree en los medios (y caramba, ¿no es así todo el mundo?), Las mujeres embarazadas no deberían comer verduras de hoja verde. Bueno, esa es la esencia del informe de Johns Hopkins del 11 de mayo de que "Demasiado folato en mujeres embarazadas aumenta el riesgo de autismo" (<http://www.jhsph.edu/news/news-releases/2016/too-much-folate-en-mujeres-embarazadas-aumenta-el-riesgo-de-estudio-de-autismo-sugieres.html>).

De acuerdo, el estudio en realidad apunta a los suplementos, pero analicemos la realidad.

El folato es una vitamina B esencial. No puedes prepararlo, así que tienes que comértelo. El nombre se deriva de "folio", latín para "hoja". Piensa en "follaje" y lo tienes. Y los animales sanos que se alimentan de plantas obtienen una gran cantidad. El folato es muy abundante en la dieta de todos los herbívoros, desde los conejos hasta los rinocerontes. Los grandes animales vegetarianos comen cantidades alucinantes de plantas. Comen cientos de libras de verduras al día y consumen una gran cantidad de ácido fólico.

¿Dónde están todos los elefantes autistas?

Sucede que soy un ex lechero. No teníamos autismo entre nuestros terneros a pesar de que fui testigo de que sus madres embarazadas comían grandes cantidades de pastos cargados de folato.

¿Y qué hay de esos gigantescos dinosaurios herbívoros? No es de extrañar que estén todos extintos. Después de todo, no era un asteroide y no era el cambio climático: había demasiado folato en su dieta.

En cuanto a los conejos, los he visto parir. Bueno, casi. Estaba observando a una hembra muy embarazada y salí para ir al baño. Cuando regresé, había dado a luz a nueve crías.

Lindos conejitos. Ninguno desarrolló autismo.

Un delincuente de igualdad de oportunidades, el estudio de Johns Hopkins aparentemente también está tratando de desalentar el uso de vitamina B12. Interesante eso. La vitamina B12 es famosa por su abundancia en mariscos y carnes. ¿Johns Hopkins quiere que las mujeres embarazadas **no** sean herbívoras ni carnívoras? Quiero decir, ¿qué queda?

Mi conjetura podría ser la siguiente: comer grasas, azúcar y aditivos debe ser la forma de dar a luz a un bebé realmente saludable. Pero entonces, podría estar equivocado. Después de todo, soy un chico.

Y como un conejo y eso significa mucha ensalada. Repollo. Col rizada. Brócoli. Espinacas. Lechuga romana. Verduras. Muchas verduras frescas y crudas. También tomo suplementos de B12 (metilcobalamina 5.000 microgramos por vía sublingual, dos veces por semana).

Si cree que mi actitud sobre el autismo es un poco frívola, permítame asegurarle que no lo es. En 1999, hablé en la misma conferencia que el Dr. Andrew Wakefield. Entonces y ahora, aprender de él ha fortalecido mi convicción de que el autismo es causado por las vacunas, no por las vitaminas.

Ahora **hay** una historia que los medios no cuentan.

(El fundador y editor de OMNS, Andrew W. Saul, no tiene ninguna conexión financiera con ningún fabricante de suplementos o cualquier otra parte de la industria de productos para la salud. Es autor o coautor de una docena de libros y aparece en los documentales FoodMatters y That Vitamin Movie .)

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 12

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 8 de mayo de 2016

El sindicato de periódicos censura la terapia con vitamina C

La red posmedia de Canadá retira el artículo sobre meningitis antes de su publicación

(OMNS, 8 de mayo de 2016) Podría pensar que sería de interés periodístico que un médico recomiende tratar la meningitis con megadosis de vitamina C. Bueno, no en Canadá. Al menos no con Postmedia, un gran conglomerado que incluye el Toronto Sun , el National Post y docenas de otros periódicos importantes. <http://www.postmedia.com/brands/> Un artículo sobre el trabajo clínico de Frederick R. Klenner, MD, fue retirado, según nuestras fuentes, sin previo aviso a su autor, Ken Walker, MD. Dado que parece que el Sol no lo imprimirá como lo escribí, el Dr. Walker ha dejado que se lo presente aquí. - Andrew W. Saul, editor

Leer la historia podría salvar la vida de un niño por Ken Walker, MD

¿Cuál es la mayor tragedia de un padre? Es la pérdida de un hijo. Recientemente, los padres en Alberta fueron acusados de no proporcionar a su hijo de 19 meses las necesidades de la vida después de su muerte debido a la meningitis. Entonces, ¿cómo pueden los padres evitar una pérdida tan horrenda? ¿Y qué pueden aprender los médicos de la historia sobre esta enfermedad letal?

Una pareja amorosa creía que su hijo tenía crup o gripe y lo trató durante dos semanas con remedios naturales como ajo, cebolla, rábano picante y batidos con pimientos picantes. Pero finalmente dejó de respirar y murió después de ser trasladado de urgencia al hospital.

El cincuenta por ciento de los casos de meningitis ocurren en menores de cinco años. La meningitis, una inflamación de la membrana que recubre el cerebro, puede ser causada por un germen bacteriano, un virus o un hongo. En algunos casos, particularmente en la meningitis viral, la infección es leve, no requiere tratamiento y dura poco tiempo. Pero la meningitis bacteriana puede ser una enfermedad letal que puede causar la muerte en horas.

El peor error que pueden cometer los padres es el diagnóstico erróneo fatal de la gripe. Las primeras etapas de la meningitis pueden ser muy similares. Pero deben sospechar meningitis cuando un niño experimenta fiebre, dolor de cabeza intenso, vómitos, se queja de rigidez en el cuello y dolor, manos y pies fríos, está confundido, tiene convulsiones o desarrolla una erupción con manchas que no desaparece con la presión.

Desafortunadamente, esta pareja jugó al médico durante demasiado tiempo. En un momento dado, estaban alimentando a su hijo con un

gotero. Esto y el hecho de que el cuerpo de su hijo era tan rígido que no cabía en una silla debería haber hecho sonar una alarma. Lo que este niño necesitaba era atención médica, una punción lumbar para confirmar el diagnóstico y altas dosis de antibióticos intravenosos para disminuir el riesgo o prevenir daño cerebral permanente y muerte.

¿Qué puede decirle la historia a los médicos sobre la meningitis? En 1949, el Dr. Frederick Robert Klenner era médico de cabecera en Carolina del Norte cuando la gran epidemia de poliomielitis azotó a América del Norte. Klenner no tenía formación en el tratamiento de la poliomielitis ni instalaciones de laboratorio. Pero fue puesto a cargo de 60 pacientes que padecían poliomielitis temprana. En ese momento no existía un tratamiento específico para prevenir la parálisis.

En 1948, Klenner había curado previamente a varios pacientes de neumonía viral utilizando vitamina C por vía intravenosa. Así que decidió darles a sus pacientes con polio hasta 30.000 miligramos de vitamina C por vía intravenosa durante 14 días. Ninguno de estos pacientes desarrolló parálisis. (Irónicamente, en 1949 desarrollé poliomielitis en mi último año en la Facultad de Medicina de Harvard y desarrollé parálisis. Pero ninguno de mis eminentes profesores conocía los beneficios de las dosis masivas de vitamina C intravenosa).

El Dr. Klenner presentó esta investigación monumental en la reunión anual de la Asociación Médica Estadounidense en Atlantic City, Nueva Jersey, el 10 de junio de 1949. Klenner debería haber sido galardonado con el Premio Nobel de Medicina. Pero su descubrimiento no logró ser noticia en todo el mundo y todavía está acumulando polvo.

Estimulado por este hallazgo científico, Klenner informó más tarde que había curado meningitis, encefalitis, sarampión y otras enfermedades con grandes dosis de vitamina C intravenosa. Desde su muerte, otros investigadores han verificado sus hallazgos.

Klenner enfatizó que los pacientes gravemente enfermos deben recibir grandes dosis de vitamina C cuando los médicos necesitan más tiempo para hacer un diagnóstico. Y que, a menos que nuestros glóbulos blancos, necesarios para combatir las infecciones, estén saturados de vitamina C, son como soldados sin balas. Creo que su sabio consejo podría salvar vidas hoy y podría haber salvado la vida de este niño.

Los lectores saben que creo que los remedios naturales podrían usarse con más frecuencia y son más seguros que los medicamentos recetados para algunos problemas médicos. Pero espero que aquellos que confían en el autotratamiento ahora se den cuenta de que no se trata un caso sospechoso de meningitis con ajo y cebolla. Es una receta para el desastre.

Espero que esta pareja no sea enviada a prisión dejando a tres niños sin padres. Parecen ser padres amorosos que cometieron un trágico error

médico. Pero no robaron un banco ni cometieron otros crímenes nefastos. Seguramente la pérdida de su hijo es un castigo suficiente.

Derechos de autor (c) 2016 Ken Walker, MD. Publicación OMNS con permiso del autor.

[Dr. Ken Walker se formó en cirugía general en el Strong Memorial Hospital de la Universidad de Rochester; Hospital General de Montreal, Universidad McGill; y en ginecología en Harvard. Su columna médica semanal se publica en 80 periódicos. Por lo general.]

Para comentar al autor: info@docgiff.com

Para comentar a la empresa de periódicos:

<http://www.postmedia.com/contact-us/>

Postmedia Network Inc., 365 Bloor Street East, Toronto, Ontario, Canadá, M4W 3L4.

Para obtener más información sobre el Dr. Klenner y la terapia con vitamina C:

Hidden in Plain Sight: El trabajo pionero de Frederick Robert Klenner, MD:

<http://www.doctoryourself.com/klennerbio.html>

Observaciones sobre la dosis y la administración de ácido ascórbico cuando se emplea más allá del rango de una vitamina en patología humana:

<http://www.doctoryourself.com/klennerpaper.html>

Guía clínica para el uso de vitamina C:

https://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/198x/smith-lh-clinical_guide_1988.htm

Virus de la neumonía y su tratamiento con vitamina C, y otros artículos:

<http://www.whale.to/v/c/index.html>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más

información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 11

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 4 de mayo de 2016

Las cápsulas de aceite de pescado son culpadas de interacciones farmacológicas no informadas.

Ahora hay una sorpresa. . .

Por Bill Sardi

(OMNS, 4 de mayo de 2016) En lo que se está dando a conocer como la revista de suplementos anti-dietéticos, *JAMA Internal Medicine* vuelve a hacerlo. La revista informó recientemente sobre los cambios en los medicamentos recetados y los suplementos dietéticos de 2005 a 2011, con el uso de medicamentos recetados aumentando del 84,1% al 87,7% y los suplementos dietéticos del 51,8% al 63,7% durante ese tiempo. [1]

Los autores se apresuraron a culpar al aumento que podría provocar efectos secundarios graves (un aumento del riesgo del 8,4% al 15,1%) en el uso de cápsulas de aceite de pescado cuando se combinan con anticoagulantes. Esto podría ocasionar problemas de sangrado. El uso de aceite de pescado aumentó del 4,7% al 18,6% durante el período de estudio.

"Este es un problema importante de salud pública", dijo la autora principal del informe en el *New York Times*. [2] Agregó que estaba atónita al descubrir que el uso de suplementos de aceite de pescado omega-3 se había cuadruplicado en 5 años (aproximadamente 1 de cada 5 estadounidenses ahora toman cápsulas de aceite de pescado), ya que pueden causar sangrado en pacientes que toman "anticoagulantes" como warfarina (Coumadin). Sin embargo, existen pocos informes de casos y escasa evidencia. [3,4,5,6]

De hecho, el EPA (ácido eicosapentaenoico), un componente del aceite de pescado, reduce la calcificación (rigidez) arterial inducida por el agotamiento de la vitamina K causado por el fármaco warfarina. [7] Además, también se ha documentado que el uso concomitante de aceite de pescado con fármacos anticoagulantes reduce el riesgo de lesión gastrointestinal inducida por fármacos. [8]

Con el uso de medicamentos anticoagulantes aumentando del 32,8% al 43,0%, ciertamente habría una gran cantidad de informes de eventos adversos si las píldoras de aceite de pescado incluso hicieran que el 1% de los pacientes que toman anticoagulantes experimentarían un episodio hemorrágico.

El sesgo de JAMA Internal Medicine contra los suplementos dietéticos

JAMA Internal Medicine publicó un informe mordaz sobre lo que llamó píldoras de vitaminas sin valor en su informe principal publicado a fines de 2013 titulado "Ya es suficiente: deje de gastar dinero en suplementos de vitaminas y minerales", [9] que llevó a este reportero a escribir una refutación titulada : "Vitaminas: Suficiente de 'Suficiente es suficiente' ". [10]

El informe más reciente de *JAMA Internal Medicine* toma un golpe similar a los suplementos al decir "A pesar de que no hay evidencia de ningún beneficio clínico, el uso de suplementos dietéticos es cada vez más común entre los adultos mayores, con casi un 50% de aumento en el uso de múltiples suplementos".

Antes de que se permita a los autores de estas tonterías ir más lejos con su falsa afirmación de que "no hay evidencia" de los beneficios de los suplementos dietéticos, echemos un vistazo a la gran **necesidad** de suplementos dietéticos entre los adultos mayores.

Recientemente, los investigadores han hecho un trabajo meticuloso al documentar la contracción progresiva (atrofia) del cerebro humano con la edad, un proceso que se ralentiza con la provisión de suplementos de vitamina B12. [11,12] Por cierto, la vitamina B12 cura esto. El problema no funciona sin el consumo conjunto de aceite de pescado u otras fuentes excelentes de ácidos grasos omega-3 como las nueces, el aceite de lino y la carne de res alimentada con pasto.

La contracción del cerebro es una parte universal del envejecimiento. No se necesitan escáneres cerebrales ni diagnósticos antes de embarcarse en un régimen de suplementos dietéticos que incluya B12 y aceite de pescado. ¿Debería uno tener que esperar hasta que se observe una contracción del cerebro para comenzar a tomar vitaminas B y aceite de pescado? Yo creo que no. ¿Y por qué los editores de *Medicina Interna de JAMA* no instan unánimemente a sus lectores médicos a recetar aceite de pescado y vitamina B12 a sus pacientes mayores?

El verdadero problema: el agotamiento de nutrientes inducido por fármacos

Las estatinas son la clase de medicamentos más utilizada, tomada por la mitad de los estadounidenses mayores. Supongo que los médicos estadounidenses no han leído el impactante informe de los investigadores de Japón que afirma que, en virtud de la inhibición de la vitamina K, la coenzima Q10 y el oligoelemento de las estatinas, aceleran la insuficiencia cardíaca. [14] Esto convierte en incautos (víctimas del engaño) a todos los usuarios ingenuos de estatinas.

El problema más grande es la posibilidad de que los medicamentos recetados agoten los nutrientes esenciales del cuerpo, lo que resulta en la sustitución de enfermedades en lugar de su tratamiento. Los medicamentos farmacéuticos son conocidos por su capacidad para agotar los nutrientes de los pacientes, lo que significa que el paciente nunca se recuperará. Allí hay ganancias a largo plazo, y muchas.

Gracias al informe de *Medicina Interna de JAMA*, podemos tener una idea aproximada de qué proporción de usuarios de medicamentos están en riesgo de agotamiento de nutrientes porque podemos comparar los datos uno al lado del otro. El cuadro a continuación muestra el uso de drogas (porcentaje de uso de los sujetos en la encuesta) que se puede comparar con una lista de

nutrientes que estos medicamentos agotan y el porcentaje de uso de nutrientes.

Casi la mitad de los sujetos de la encuesta tomaban estatinas y solo el 3% de los encuestados toma coenzima Q10. Mucha gente corre un riesgo innecesario. Para la mayoría de las personas, las dosis adecuadas de vitaminas como las vitaminas C, D, E, del complejo B y nutrientes esenciales como el magnesio pueden evitar la necesidad de estatinas. Los nutrientes son una forma mucho mejor de prevenir y revertir las enfermedades cardíacas. [15,16]

**EN EL USO DE DROGAS Y SUPLEMENTOS DIETÉTICOS 2005-2011
CON UNA LISTA COMPARADA DE NUTRIENTES AGOTADOS POR
MEDICAMENTOS Y
PORCENTAJE QUE SE COMPLEMENTA CON ESE NUTRIENTE**

DROGA	Uso estimado 2005-06	Uso estimado 2010-11	Nutrientes agotados	Uso de nutrientes agotados *
Estatinas	37,3%	50,1%	Coenzima	3,0%
Simvastatina (Zocor)	10,3%	22,5%	Q10	nada
Atorvastatina (Lipitor)	13,8%	9,7%	Vitamina	nada
Pravastatina	2,8%	4,9%	K	
(Pravachol)	1,1%	4,9%	Selenio	
Rosuvastatina	5,6%	4,6%		
(Crestor)				
Zetia (ezetimiba)				
Betabloqueantes	27,1%	31,2%	Coenzima	3,0%
Atenolol	9,5%	8,5%	Q10	
Metoprolol	11,7%	14,9%		
Carvedilol (Coreg)	2,3%	4,5%		
Inhibidores de la ECA	24,5%	30,4%	Zinc	1,5%
Lisinopril	12,9%	19,9%		
Antagonista de angiotensina (Diovan, Valsartan)	13,5%	13,2%	Potasio	8,5%
			Magnesio	2,9%
			Zinc	1,5%
Bloqueadores de calcio	17,8%	19,5%	Potasio	8,5%
Norvasc	8,5%	13,4%		
Medicamentos antidiabéticos	8,5	7,9	Vitamina B12	9,8-34,9%

No sulfonilureas Metformina	9,3%	12,6%		
Antiplaquetarios (diluyentes de la sangre) Clopidogrel (Plavix) Warfarina (Coumadin)	32,8 4,5% 5,3%	43,0 7,1% 6,4%	Vitamina K	Nulo
Bloqueadores de ácido (inhibidores de la bomba de protones) Omeprazol (Prilosec)	15,7% 8,2%	18,5% 14,2%	Vitamina B12 Ácido fólico B9 Hierro Zinc Calcio Vitamina C Vitamina D	9,8% 4,2% 1,8% 1,5% 24,1% 9,5% 15,6%
AINE antiinflamatori os Acetaminofén (Tylenol) Naproxeno (Aleve)	10,1% 8,1% 3,5%	13,7% 8,7% 4,7%	Vitamina B6 Ácido fólico Hierro Vitamina C	9,8% 4,2% 1,8% 9,5%
Aspirina	30,3%	40,4%	Hierro Vitamina C Ácido fólico	1,8% 9,5% 4,2%
Diuréticos Tiazida Furosemida	36,9% 17,1% 7,3%	47,6% 19,3% 8,2%	Potasio Magnesio Tiamina B1	8,5% 2,9% 9,8%
Cambios en el uso de medicamentos recetados y de venta libre y suplementos dietéticos entre adultos mayores en los Estados Unidos, 2005 vs 2011. <u>JAMA Internal Medicine</u> 1 de abril de 2016.				* sin contar las multivitaminas

(Se pueden encontrar muchos otros artículos del periodista y presentador de radio Bill Sardi en su sitio web educativo, <http://knowledgeofhealth.com> .
Copyright (c) 2016 Bill Sardi; permiso otorgado para uso exclusivo por el Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular).

Referencias:

1. Qato DM, Wilder J, Schumm LP, Gillet V, Alexander GC. Cambios en la EM en el uso de medicamentos recetados y de venta libre y suplementos dietéticos entre adultos mayores en los Estados Unidos, 2005 vs 2011. *JAMA Intern Med.* (1 de abril de 2016; 176: 473-482. Doi: 10.1001 / <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26998708>
2. Span P. The Dangers of 'Polypharmacy', The Ever-Mounting Pile Of Pills, *NY Times* 22 de abril de 2016 <http://www.nytimes.com/2016/04/26/health/the-dangers-of-polifarmacia-el-montón-de-píldoras-siempre-acumuladas.html>
3. Stanger MJ, Thompson LA, Young AJ, Lieberman HR. Actividad anticoagulante de suplementos dietéticos selectos. *Nutr Rev.* 2012 Feb, 70: 107-117. doi: 10.1111 / j.1753-4887.2011.00444.x <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22300597>
4. Kepler CK, Huang RC, Meredith D et al. Los suplementos de aceite de pescado y omega-3 no aumentan el sangrado durante la cirugía de descompresión espinal. *J Tecnología de trastornos espinales.* 2012 Mayo; 25: 129-132. doi: 10.1097 / [BSD.0b013e3182120227. http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21423055](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21423055)
5. Eritsland J, Arnesen H, Seljeflot I, Kierulf P. Efectos a largo plazo de los ácidos grasos poliinsaturados n-3 sobre variables hemostáticas y episodios hemorrágicos en pacientes con enfermedad de las arterias coronarias. *Fibrinólisis de coagulación sanguínea.* Febrero de 1995; 6: 17-22. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7795149>
6. Bender NK, Kraynak MA, Chiquette E et al. Efectos de los aceites de pescado marino en el estado de anticoagulación de pacientes que reciben terapia crónica con warfarina. *J Trombólisis del trombo.* Julio de 1998; 5: 257-261. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10767122>
7. Kanai S, Uto K, Honda K y col. El ácido eicosapentaenoico reduce la calcificación arterial inducida por warfarina en ratas. *Aterosclerosis.* Marzo de 2011; 215: 43-51. doi: 10.1016 / j. [ateroesclerosis.2010.12.001. http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21193197](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21193197)
8. Tanaka M, Tanaka A, Suemaru K, Araki H. La evaluación del riesgo de lesión gastrointestinal con fármacos anticoagulantes y antiplaquetarios: el posible efecto beneficioso del ácido eicosapentaenoico para el riesgo de lesión gastrointestinal. *Biol Pharm Bull.* 2013; 36 (2): 222-7. doi: 10.1248 / bpb.b12-00584. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23207874>
9. Guallar E, Stranges S, Mulrow C, Appel LJ, Miller ER 3rd. Ya es suficiente: deje de gastar dinero en suplementos de vitaminas y minerales. *Ann Intern Med.* 17 de diciembre de 2013; 159: 850-851. doi: 10.7326 / 0003-4819-159-12-201312170-00011. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24490268>
10. Sardi W. "Vitaminas: Suficiente de 'Suficiente es suficiente'". *Knowledge of Health,* 24 de febrero de 2014. <http://knowledgeofhealth.com/vitamins-enough-of-enough-is-enough>
11. Vogiatzoglou A, Refsum H, Johnston C y col. Estado de vitamina B12 y tasa de pérdida de volumen cerebral en ancianos que viven en la comunidad. *Neurología.* 9 de septiembre de 2008; 71: 826-832. doi: 10.1212 / [01.wnl.0000325581.26991.f2. http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18779510](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18779510)

12. Smith AD, Smith SM, de Jager CA et al. La reducción de la homocisteína por las vitaminas B ralentiza la tasa de atrofia cerebral acelerada en el deterioro cognitivo leve: un ensayo controlado aleatorio. Más uno. 8 de septiembre de 2010; 5 (9): e12244. doi: 10.1371 / journal.pone.0012244. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20838622>
- Douaud G, Refsum H, de Jager CA et al. Prevención de la atrofia de la materia gris relacionada con la enfermedad de Alzheimer mediante el tratamiento con vitamina B. Proc Natl Acad Sci USA. 4 de junio de 2013; 110: 9523-9528. doi: 10.1073 / pnas.1301816110. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23690582>
13. Jernerén F, Elshorbagy AK, Oulhaj A et al. Atrofia cerebral en ancianos con deterioro cognitivo: la importancia de los ácidos grasos? -3 de cadena larga y el estado de la vitamina B en un ensayo controlado aleatorio. Soy J Clin Nutr. Julio de 2015; 102: 215-221. doi: 10.3945 / ajcn.114.103283. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25877495>
14. Okuyama H, Langsjoen PH, Hamazaki T y col. Las estatinas estimulan la aterosclerosis y la insuficiencia cardíaca: mecanismos farmacológicos. Experto Rev Clin Pharmacol. Marzo de 2015; 8: 189-199. doi: 10.1586 / 17512433.2015.1011125. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25655639>
15. Roberts H, Hickey S. La cura de vitaminas para las enfermedades cardíacas: cómo prevenir y tratar las enfermedades cardíacas mediante suplementos nutricionales y vitamínicos. Pub de salud básica. (2011) ISBN-13: 978-1591202646
16. Levy TE. Panacea primordial. Medfox Pub. (2011) ISBN-13: 978-0983772804 Revisado en <https://www.thenhf.com/book-review-primal-panacea/>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

Nro 10

ARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 30 de abril de 2016

¿Por qué toda la locura?

Las vitaminas pueden salvar vidas en más de una forma

por Ralph Campbell, MD

(OMNS, 30 de abril de 2016) Estamos siendo testigos de un número creciente de asesinatos aleatorios. ¿Qué motivo podría haber para que un adulto joven, con o sin antecedentes policiales, de repente se vuelva loco y cometa múltiples asesinatos? Se descubre que muchos perpetradores tienen problemas psiquiátricos, a veces, irónicamente, alimentados por el tratamiento con psicofármacos junto con alcohol. Además, se echa la culpa al fácil acceso a las armas y la falta de oportunidades económicas.

Siempre hay una búsqueda del motivo en un caso de asesinato. En áreas urbanas como Chicago, el pensamiento popular es que el motivo se deriva de una guerra de pandillas, una sensación de desesperanza o parcialmente generado por policías malos. En los primeros días de Chicago, la motivación clara de los mafiosos era la adquisición de dinero y el poder que generaba. Por eso Willie Sutton robó bancos.

"Estoy absolutamente convencido de que existe un vínculo directo entre la dieta y el comportamiento antisocial, tanto que una mala dieta causa un mal comportamiento como que una buena dieta lo previene". - Lord Ramsbotham, inspector jefe de prisiones de Su Majestad [1]

Sabiendo lo que sabemos sobre ciertas deficiencias de vitaminas y su relación con las enfermedades mentales, mientras considero cuán deficiente es la dieta estadounidense típica, no puedo evitar considerar esta asociación. La deficiencia de B12, como causa de demencia, ha sido aceptada en la literatura médica durante muchas décadas. [2-4] El Dr. Abram Hoffer, el psiquiatra que también tenía un título en bioquímica, hizo la brillante conexión entre la niacina y la esquizofrenia. El tratamiento con niacina no solo funcionó, sino que proporcionó una explicación plausible de cómo funcionaba. [5,6]

"El juicio en la prisión del Reino Unido en la cárcel de Aylesbury mostró que cuando los hombres jóvenes fueron alimentados con multivitaminas, minerales y ácidos grasos esenciales, el número de delitos violentos que cometieron en la prisión se redujo en un 35%". [7]

Los intentos de explicar los problemas mentales por niveles de serotonina, dopamina o norepinefrina, individualmente, no son una explicación en absoluto, ya que los neurotransmisores funcionan en equilibrio entre sí. Ninguno se metaboliza adecuadamente si sus cofactores de vitamina B son deficientes. [8,9] Las medidas correctivas pueden resultar de dosis más grandes de estas vitaminas B. La piridoxina tiene el rango más amplio de variación individual --- ciertamente se requiere mucho más que la RDA lastimosamente baja, un estándar mínimo que muchos estadounidenses no alcanzan. El germen de

trigo y el salvado de trigo son fuentes alimenticias ricas en piridoxina. Una rosquilla simplemente no es suficiente.

Hablando de donas, ¿cuántos de nosotros hemos sido testigos de un repentino estallido de ira, e incluso un comportamiento violento, en un individuo bajo la influencia de un nivel bajo de azúcar en la sangre? La hipoglucemia es el resultado de una gran carga previa de jarabe de maíz de alta fructosa u otros azúcares, y / o junto con demasiado alcohol.

"Aquellos que recibieron los nutrientes adicionales cometieron significativamente menos delitos en comparación con el placebo ... el Ministerio de Justicia holandés (en) su estudio doble ciego informó una diferencia del 48%". [10]

Necesitamos medir los niveles sanguíneos de vitaminas en los delincuentes. También necesitamos proporcionar suplementos nutricionales con dosis de tratamiento recomendadas personalizadas. Cada prisión debe tener un médico ortomolecular. Ya se han realizado estudios sobre los autores de delitos violentos. Ya sabemos lo suficiente como para traer grandes mejoras. Vamos a hacerlo.

Referencias:

1. Lawrence F. Omega-3, comida chatarra y el vínculo entre la violencia y lo que comemos. The Guardian, 17 de octubre de 2006.
2. Gesch CB, Hammond SM, Hampson SE, Eves A, Crowder MJ. Influencia de suplementos de vitaminas, minerales y ácidos grasos esenciales en el comportamiento antisocial de los jóvenes presos. Ensayo aleatorizado controlado con placebo. British J Psychiatry 2002. 181, 22-28.
Texto completo: <http://bjp.rcpsych.org/content/181/1/22.long>
3. Boucher M, Bryan S, Dukes S. ¿Deficiencia o demencia? Explorando la deficiencia de B12 después de una urostomía. Br J Nurs. 11-24 de junio de 2015; 24 (11): 594-7. doi: 10.12968 / bjon.2015.24.11.594.
Véase también: Spence JD. Deficiencia metabólica de vitamina B12: una oportunidad perdida para prevenir la demencia y el accidente cerebrovascular. Nutr Res. Febrero de 2016; 36 (2): 109-16. doi: 10.1016 / j.nutres.2015.10.003.
4. Türksoy N, Bilici R, Yalçiner A et al. Niveles de vitamina B12, folato y homocisteína en pacientes con trastorno obsesivo compulsivo. Neuropsychiatr Dis Treat. 2014 9 de septiembre; 10: 1671-5. doi: 10.2147 / NDT.S67668.
5. Hoffer A. Ácido nicotínico: un complemento en el tratamiento de la esquizofrenia. Soy J Psiquiatría. Agosto de 1963; 120: 171-3.
6. Hoffer A, Saul AW, Foster HD. Niacina: la verdadera historia. Publicación de salud básica, 2012. ISBN-13: 978-1591202752
7. Schoenthaler SJ, Bier ID. El efecto de la suplementación con vitaminas y minerales sobre la delincuencia juvenil entre los escolares estadounidenses: un ensayo aleatorizado, doble ciego y controlado con placebo. J Altern Complement Med. Febrero de 2000; 6 (1): 7-
17. http://www.elkinsapppsych.com/uploads/8/4/3/5/8435157/omega-3_violence-article.pdf

8. Gropper SS, Smith JL. Nutrición avanzada y metabolismo humano, 6ª Ed. Wadsworth, 2013. ISBN-13 9781133104056
9. Dakshinamurti S, Dakshinamurti K. Acciones antihipertensivas y neuroprotectoras de la piridoxina y sus derivados. *Can J Physiol Pharmacol*. Diciembre de 2015; 93 (12): 1083-90. doi: 10.1139 / cjpp-2015-0098.
10. Gesch B. Adolescencia: ¿Buena nutrición = buen comportamiento? *Nutr Health*. 22 (1): 55-65. Publicado en línea el 4 de febrero de 2014. Doi: 10.1177 / 0260106013519552 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4817227/>

Aprender más:

Los presos se benefician de los suplementos dietéticos; las prisiones también podrían beneficiarse

<http://www.economist.com/node/10601460>

Nutrición correctiva

<http://www.doctoryourself.com/prison.html>

Aceite de pescado, reducción de la ansiedad y regulación de las emociones

Hansen AL, Olson G, Dahl L et al. Reducción de la ansiedad en pacientes forenses hospitalizados después de una intervención a largo plazo con salmón del Atlántico. *Nutrients* 26 de noviembre de 2014; 6 (12): 5405-18. doi: 10.3390 / nu6125405. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25431880>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 9

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 9 de abril de 2016

Consejos de una mamá megavitamínica: lograr que los niños tomen vitaminas y muchas de ellas Por Helen Saul Case

(OMNS, 9 de abril de 2016) Nacido y criado en un hogar donde usamos vitaminas y nutrición en lugar de medicamentos, estoy muy familiarizado con el uso de nutrientes en dosis altas para prevenir y curar enfermedades. Recuerdo haber tomado todas esas vitaminas cuando era niño. Y todavía los tomo. Sé lo bien que funcionan. Ahora, veo cómo las dosis óptimas de vitaminas ayudan a mantener a mis hijos, ahora de 3 y 5 años, saludables y libres de productos farmacéuticos. También puede hacer esto por su familia.

¿Cómo logras que tus hijos tomen vitaminas? ¿Qué vitaminas toman? ¿Con qué frecuencia los toman? ¿Qué marcas compras? ¿Cómo logras que tomen tanta vitamina C? ¿Y si no quieren tomarlo? Recibo estas preguntas a menudo. Me gustaría tomarme un momento para responderlas.

¿Cómo logras que tus hijos tomen vitaminas?

La regla número uno es: mantenlos sabrosos. Para los niños más pequeños, busque un líquido C que les guste y que traguen. Empiece joven para que se acostumbren. Empezamos en el hospital pocas horas después del nacimiento. Cuando eran bebés, les dimos vitamina C líquida con un gotero. Cuando fueran mayores, una cuchara medicinal. Para los niños que mastican, las tabletas masticables funcionan bien en el día a día, comida a comida.

Las multivitaminas también se pueden administrar en forma líquida. Administramos multivitamínicos de esta manera hasta que los niños pudieran comer masticables.

¿Cómo se lleva a los niños a la saturación de vitamina C?

Es invierno: a los niños les moquea la nariz (al menos). Si no tiene tos, algún otro niño sí y parece que hay una ola perpetua de enfermedad que aflige a su hogar. Ya es hora de altas dosis de vitamina C.

Tolerancia intestinal: un indicador de la saturación de vitamina C a dosis oral. La tolerancia intestinal está indicada por gases, un estómago ruidoso o heces ligeramente blandas. Si toma demasiada C, se producirán heces muy blandas, pero desaparecen una vez que se reducen las dosis. Cuando se alcance la tolerancia intestinal, retire el C. Cathcart RF adicional

. Vitamina C, titulada hasta tolerancia intestinal, anascorbemia y escorbuto agudo inducido. Hipótesis med. Noviembre de 1981; 7 (11): 1359-76. Texto completo gratuito: <http://www.doctoryourself.com/titration.html>

Se necesitan grandes dosis para lograr niveles terapéuticos de saturación de vitamina C. Hacemos esto solo cuando los niños se enferman, están a punto de enfermarse o están recibiendo vacunas. Comenzamos con una "dosis de

carga" más grande por la mañana, luego continuamos dando C durante el día. Una vez que se alcanza la tolerancia intestinal, reducimos la cantidad de C que administramos y la frecuencia con la que lo administramos, pero seguimos administrando C con regularidad. Nosotros no permitimos que los niños tienen diarrea. Si los síntomas de la enfermedad persisten, lo volvemos a hacer al día siguiente y al día siguiente. Mi hermano y yo fuimos criados hasta la edad adulta sin una sola dosis de antibiótico. Hasta ahora, mis hijos tampoco han necesitado tomar antibióticos. En su lugar, usamos vitamina C.

Cuando llevamos a nuestros hijos a la saturación, nos aseguramos de que se mantengan hidratados con abundante agua. Dado que una dosis alta de C puede quitarles el apetito, nos aseguramos de que durante este proceso, coman alimentos buenos para ellos que disfrutan. También les pedimos que beban mucho jugo de vegetales frescos, crudos y caseros todos los días. Esto también es exactamente lo que mis padres hicieron conmigo cuando era joven.

Recuerde, si tiene un niño muy enfermo, debe ir al médico. El diagnóstico es una herramienta valiosa. Sin embargo, mi esposo y yo sabemos que si el pediatra de nuestros hijos nos da una receta para un antibiótico, antivírico, antihistamínico o antipirético, se puede usar vitamina C en dosis altas en lugar de todos ellos.

"Siempre fui conocido como un fanático de la vitamina C, pero gané muchos adeptos, especialmente durante una infección por virus. Un segmento de la población" tiene "problemas de nutrición, pero un segmento más grande no lo entiende". - Ralph Campbell, MD

¿Qué formas de vitamina C les da a sus hijos?

Los comprimidos masticables no son muy prácticos para la administración de dosis de saturación C. Los líquidos son útiles aquí. Agregamos cristales extra de vitamina C al líquido C para aumentar la potencia con el fin de dar dosis altas, y porque el C en el líquido pierde potencia naturalmente cuando se asienta.

O, cuando llega el momento de tomar una dosis, colocamos vitamina C en polvo en su jugo favorito y les pedimos que lo beban de inmediato.

Agregamos una combinación de aproximadamente 80% de vitamina C en forma de cristales de ácido ascórbico y 20% de vitamina C de ascorbato de calcio como amortiguador del jugo o líquido C. Cuanto más ácido ascórbico en el líquido, más amargo se vuelve. Por lo tanto, seguimos cada dosis con un sabroso "chaser". Cuando crecieron un poco (más de 1 año), seguimos dosis realmente potentes (y por lo tanto más amargas) de vitamina C con un cazador increíblemente sabroso. Obtienen un pequeño bocado de helado orgánico, un poco de miel, una pasas, más jugo, incluso chocolate: cualquier cosa para hacer el trabajo.

Para los niños pequeños y los niños mayores, cuando no están obteniendo C en líquido, también se les pueden dar tabletas masticables para mezclar la

forma de C y mantenerla interesante (y más propensa a desaparecer). Ofrecemos más de un sabor de tabletas C masticables.

También proporcionamos vitamina C liposomal. La vitamina C liposomal es cara, pero también lo son las visitas al médico. Cuando queremos que nuestros hijos reciban mucha C, les damos cualquier forma de C que ellos tomen y variamos la forma con frecuencia. Cuando mi hija se enfermó con un dolor de garganta inflamado, podía tragar C liposomal cuando no podía o no podía tragar fácilmente otras formas de C. Después de cada dosis, la dejábamos sorber una barra de jugo helada casera, que parecía ansioso por tener.

¿Qué pasa si los niños no quieren tomar toda esa vitamina C?

A veces, nuestros hijos tomarán C como campeones. Sin quejas. Incluso lo piden cuando no se sienten bien.

Otras veces, luchan con uñas y dientes. Aquí es cuando la creatividad, la paciencia, el soborno, el amor y la perseverancia dan sus frutos.

Cuando eres un nuevo padre y estás amamantando o dando un biberón, no te rindes si tu hijo no come y no recibe la nutrición que necesita. Lo haces *hasta*. Así es como nos sentimos acerca de la vitamina C. Insistimos en que tomen la C. Esto no es negociable. Eso es tan importante. Pero si, por ejemplo, quieren ver televisión, les decimos: "Toma C, y luego puedes". Todo lo que quieran hacer se puede utilizar como motivador. A veces, los niños no quieren hacer lo que es bueno para ellos, así que hacemos que valga la pena. Un día le dije a nuestra hija: "Tienes que tomar tus vitaminas si quieres helado de chocolate por la mañana".

Hay más. Los abrazamos. Los alabamos. Estamos de acuerdo con ellos en que es difícil tomar C todo el tiempo. Y cuando todo lo demás falla, el soborno directo hace maravillas. En el momento de la vacunación, nuestra hija toma vitamina C a nivel de saturación para ganar regalos.

Darles C cuando se despiertan por la noche es casi una garantía de protesta, pero nadie duerme si un niño tose hasta la mañana. Nuestra hija se despertará muy alterada y casi inconsolable. Una noche simplemente dije: "Puede toser toda la noche o puede tomar la C. Su elección". Mi hija eligió la C. Otras noches, tenemos que elegir por ella. Lo esperamos. Su deseo de volver a dormirse, si es razón suficiente para venir y tomar la C.

Los niños pequeños son notoriamente contrarios. Estos son los trucos que hemos empleado para hacer que nuestros hijos reciban altas dosis de C. Es menos probable que los bebés le digan "no". Los niños pequeños no sufren tal inhibición. Asegurarse de que las vitaminas sean sabrosas (y asegurarse de administrar pequeñas dosis con regularidad, durante el día, con las comidas) les ayuda a tomar vitaminas sin mucho problema. Cuando mis hijos estaban amamantando, les daba C antes de amamantarlos y los alimentaba inmediatamente después. Si necesitaran más C, les daría pequeñas dosis con más frecuencia. Yo también llegaría a la tolerancia intestinal, lo que a su vez, les proporcionaría vitamina C en mi leche materna.

Los niños mayores, que han hecho esto por un tiempo, pueden estar más acostumbrados y, por lo tanto, más dispuestos a tomar altas dosis de vitamina C. Cuando tenía ocho años o más, tomé la C porque sabía que funcionaba. Lo haría por mi cuenta.

¿Con qué frecuencia sus hijos toman vitamina C?

En cada comida y en cada bocadillo. También tenemos botellas de viaje, para cuando estamos de viaje o en un restaurante. Si estamos enfermos, podemos tomar vitamina C cada 15 minutos a cada hora para llegar a la tolerancia intestinal.

Días antes, el día de la vacunación y durante varios días después de la vacunación, administramos una dosis de saturación de vitamina C para minimizar el riesgo de efectos secundarios de la vacunación y ayudar a que la inyección funcione mejor. Puede notar que la tolerancia intestinal de su hijo será mucho mayor en este momento.

¿Cuánta vitamina C les da a sus hijos?

Diariamente, seguimos el protocolo de dosificación del médico de tórax certificado por la junta Dr. Frederick R. Klenner: Obtienen 1,000 mg de vitamina C por año de edad. Comenzamos el día que nacieron con 50 miligramos (mg) diarios de vitamina C. A medida que pasaban los meses, gradualmente aumentamos la dosis. Al año de edad, estaban recibiendo 1.000 mg / día. Ahora nuestro hijo de tres años recibe 3.000 mg / día; nuestro hijo de cinco años recibe 5.000 mg / día. Seguiremos aumentando la dosis hasta los diez, para una dosis de rutina de 10.000 mg / día. Y es entonces cuando gozan de **buena** salud.

Obtienen *mucho más* cuando se necesitan dosis de tolerancia intestinal debido al estrés, la enfermedad o las inyecciones. Por ejemplo, después de su última vacuna, nuestra hija de cuatro años que pesaba alrededor de 33 libras en ese momento, sostenía cómodamente entre 15,000 y 20,000 mg de vitamina C al día y no tuvo efectos secundarios negativos por la inyección. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n09.shtml>

"Qué mundo tan maravilloso sería para los niños si hubiera más padres siguiendo esta rutina". - Ken Walker, MD

¿Qué hay de obtener vitaminas de su dieta?

Una de las mejores formas de obtener vitaminas para los niños es hacer jugos y servir verduras y frutas frescas y crudas, preferiblemente orgánicas. A nuestros niños les encanta el jugo de verduras casero. Lo tragan. No estoy bromeando. Nos aseguramos de que lo hagan mezclando frutas y verduras más dulces con las que lo son menos. Por ejemplo, un favorito de la familia comienza con una base de zanahoria, 8 más o menos, una manzana o dos, un puñado de repollo, unos puñados de espinacas y varios tallos de apio y remolacha, incluidas las hojas.

Mis hijos consumen muchas más verduras (y por lo tanto nutrientes) en su dieta que la mayoría. Claro, también les hacemos comer frutas y

verduras. Pero también hacemos jugo de 3 a 5 veces por semana para asegurarnos de que la buena comida llegue a sus cuerpos en crecimiento. Y nos aseguramos de mantener el azúcar refinado fuera de su dieta, lo que limita el azúcar principalmente a lo que viene naturalmente en su dieta basada en plantas.

¿Qué marca de vitaminas para niños compra?

Esa es una pregunta que no contesto. No apoyo a ninguna empresa de vitaminas. Yo tampoco. En mi opinión, si le digo a la gente que tome vitaminas, y luego les vendo las mismas que necesitan, podría restar valor a mi mensaje. Pero puedo ayudar un poco:

Tomamos (y les damos a nuestros hijos) vitaminas sin colorantes ni edulcorantes artificiales. Recuerde que un *poco de azúcar* reduce las vitaminas. El fin justifica los medios. Las vitaminas tienen que ser sabrosas o los niños simplemente no las comerán. El objetivo es obtener los nutrientes que contienen; no se preocupe por la pizca de azúcar extra en las vitaminas o el cazador que les da después de tomarlas. (Solo manténgalo fuera del resto de su dieta).

Las vitaminas no tienen por qué costar una fortuna. Hay mucha gente que te dirá lo contrario, pero compramos las vitaminas más baratas que podemos, que están libres de basura y nos dan los resultados que buscamos. Leer etiquetas. Compruebe la potencia. A veces se necesitan dos o incluso tres tabletas para obtener la cantidad indicada en la etiqueta. Esto puede resultar confuso y caro. Si tiene preguntas sobre la pureza o el abastecimiento, llame a la empresa. Hago.

¿Qué vitaminas les da a sus hijos además de la vitamina C?

Compramos dos multivitamínicos diferentes para nuestros hijos. (Uno es en realidad para adultos). Cada uno contiene algunas vitaminas y minerales, el otro no, y en concentraciones variables, por lo que los mezclamos día por medio para que puedan obtener los beneficios de ambos. Básicamente, buscamos multivitamínicos que incluyan, entre otras cosas, 5.000 UI (unidades internacionales) de vitamina A, al menos 30 UI de vitamina E, 500-1.000 UI de vitamina D, todas las B y una variedad de minerales que incluyen 5 mg de hierro y 100 mcg (microgramos) de yodo. No nos preocupamos por la cantidad de vitamina C en su multi porque complementamos con mucho más de lo que está presente en cualquier multivitamínico en el mercado.

En cuanto a los minerales, toman tabletas masticables de calcio y magnesio además de los minerales que obtienen en su multivitamínico. También echamos un puñado o dos de sal de Epsom sin perfume en el agua de su baño 1-2 veces por semana. Ocasionalmente, obtienen gotas de minerales traza en el agua. Nuestros esfuerzos son para asegurarnos de que obtengan, en particular, suficiente magnesio.

Hay nutrientes en su multivitamínico que les damos más según sea necesario. Usamos nuestras vitaminas para adultos de mayor potencia y

encontramos una manera de administrarlas de una manera amigable para los niños. Aquí hay unos ejemplos:

Puede que no sea una sorpresa que cuando los niños no están tomando el sol, se estén resfriando. En el invierno, les damos a los niños dosis adicionales de vitamina D por una suma de aproximadamente 5,000 UI por semana, y si se enferman. Abro la cápsula y la goteo sobre algo que les gusta. El helado funciona bien. Realmente bien.

Hacemos lo mismo con la vitamina A. Cuando están enfermos, les doy una dosis de 10,000 UI de vitamina A en helado tan pronto como muestran síntomas. Hago esto solo por uno o dos días. Continúan recibiendo su dosis regular de A en su multivitamínico.

Si están a punto de tener una dosis de azúcar que induzca una rabieta, como un helado en el verano o un trozo de pastel de cumpleaños, aplasto una tableta de aproximadamente 10-20 mg de niacina de liberación inmediata que induce el rubor, y les pongo el polvo. una cuchara con un poco de miel cruda, o directamente en el helado o un bocado de pastel. Funciona muy bien. También ha sido útil cuando los niños tienen un caso de lo que mi suegro llama "no pueden evitarlo" debido al agotamiento, la sobreestimulación o algún otro factor. Cuando la bondad, el razonamiento, los abrazos, la comprensión, las distracciones, los tiempos de espera, el descanso y la paciencia no hacen que un niño pequeño esté al borde de una crisis irracional, hemos descubierto que un poco de niacina lo hace. Los resultados pueden ser increíbles de contemplar y es seguro.

Recuerde, la niacina puede causar rubor. Su hijo puede sentir calor, verse un poco enrojecido y sentir picazón. Esta es la saturación de niacina. Significa que han tenido suficiente niacina, por ahora. Le damos la *mínima* cantidad de niacina que los ayude a estar tranquilos, y no tanto que experimenten un rubor fuerte e incómodo. Calcule la dosis correcta para su hijo en cooperación con su médico.

¿La ingesta de vitaminas no hace que la orina sea cara?

Los niños son caros. Algunas personas pueden pensar que darles vitaminas a los niños solo hace que los niños sean más caros. Sin duda, esa es una forma de verlo. Aquí hay otro: Los nutrientes en la orina pueden indicar que nuestros niños están bien nutridos y tienen algo de sobra. La deficiencia de vitaminas es el problema. La abundancia, sin embargo, no lo es.

Es una buena idea asegurarse de que los niños coman bien y tomen vitaminas. Brinde a sus cuerpos la *oportunidad* de absorber los nutrientes esenciales. El cuerpo no puede absorber lo que simplemente no existe.

Como una buena comida, la suficiencia de vitaminas no dura para siempre. Sus cuerpos volverán a tener "hambre" de estos nutrientes. De la misma manera que un bebé necesita alimento muchas veces todos los días, los niños (y los adultos) deben tomar vitaminas en varios intervalos a lo largo del día.

Las vitaminas son muy seguras y, en comparación con los medicamentos, las vitaminas no solo son mucho más seguras sino también muy económicas. Los productos farmacéuticos hacen que la orina sea mucho más cara.

¿Son seguras las vitaminas?

Si. Mucho más seguro que cualquier medicamento del mercado, recetado o de venta libre.

Haciéndolo tu mismo

Tenga en cuenta que no soy médico. Siempre debe buscar las vitaminas y la nutrición por sí mismo, y hacer lo que sea mejor para usted y su familia. Hable con su médico. Sin embargo, no creo que sea necesario ser médico para tomar el control de su propia salud o la de sus hijos. Hacerlo usted mismo no significa que será fácil. Es una cantidad increíble de trabajo mantener a los niños sanos. Pero vale la pena. Claro, lleve a sus hijos al pediatra. ¿Pero no sería bueno no *tener* que ir?

(Helen Saul Case es autora de The Vitamin Cure for Women's Health Problems y coautora de Vegetable Juicing for Everyone. Su último libro es Vitamins & Pregnancy: The Real Story).

Aprender más:

Campbell, R. y Saul, AW. La vitamina C para los problemas de salud de bebés y niños pequeños. Publicaciones básicas de salud (2013).

Campbell, R. y Saul, AW. La vitamina C para los problemas de salud de los niños. Publicaciones básicas de salud (2011).

Caso, HS. No se vacune sin vitamina

C. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n09.shtml>

Caso, HS. Vacunas, vitamina C y

"elección". <http://orthomolecular.org/resources/omns/v12n07.shtml>

Hickey, S. y Roberts, H. La vitamina C no causa cálculos

renales. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v01n07.shtml>

Saul, AW. No hay muertes por suplementos. Sin muertes por minerales. Sin muertes por aminoácidos. No hay muertes por

hierbas. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v12n02.shtml>

Saul, AW. Poner la "C" en la curación: la cantidad y la frecuencia son las claves para la terapia con

ascorbato. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n11.shtml>

Smith, RG. Gripe, virus y megadosis de vitamina C: una declaración personal. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n07.shtml>

Acerca de las "objeciones" a la terapia con vitamina

C. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n24.shtml>

Los antibióticos envían 142.000 a las salas de emergencia cada año. Los Centros para el Control de Enfermedades de EE. UU. Esperan 60 años para estudiar el problema. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v04n14.shtml>

Los niños bipolares necesitan nutrición, no comida chatarra y más

drogas. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v04n15.shtml>

Vitamina C como antiviral: todo depende de la

dosis. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n09.shtml>

Vitamina C: un tratamiento muy eficaz para los resfriados. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n05.shtml>
Los suplementos vitamínicos ayudan a proteger a los niños de los metales pesados y reducen los trastornos del comportamiento. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n07.shtml>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 8

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 6 de abril de 2016

Las raíces metabólicas del cáncer

Por Ron Hunninghake, MD

(OMNS, 6 de abril de 2016) Mi experiencia trabajando con pacientes con cáncer me ha enseñado tres claves para comprender sus necesidades:

1. Las estadísticas de cáncer no tienen rostro; la enfermedad es real.
2. La mayoría de los médicos abordan la enfermedad a través de estadísticas; los pacientes reales necesitan un cuidado real.
3. El cuidado real es personal e incorpora un enfoque multifacético que aborda todas las raíces metabólicas del cáncer, sin sacrificar la atención oncológica convencional.

El Dr. Hugh D. Riordan, mi mentor, reconoció una enorme brecha en el sistema de atención del cáncer. Formado como psiquiatra, reconoció a los pacientes con cáncer por sus miedos, sus preguntas, su dolor, el estrés familiar, los efectos secundarios del tratamiento, su fatiga, sus ansiedades y sus esperanzas de una cura real.

Como realista, sabía que las ideas "milagrosas" de "causa única" "arreglar el gen malo" de la parsimoniosa primera era de la medicina científica generalmente no funcionaban. Encontró una mejor manera.

En ***The Metabolic Roots of Cancer***, grabado en el 4º Simposio sobre Cáncer y Vitamina C intravenosa de Riordan en Wichita, Kansas, presento una perspectiva de la teoría de sistemas sobre el cuidado del paciente con cáncer.

A los 37 minutos del programa, se incluye un breve resumen de lo que la vitamina C intravenosa (VCI) puede hacer para ayudar al paciente con cáncer. Pero IVC no es suficiente.

Disparar una bala de plata probablemente no sea la respuesta completa. Más bien, abordar las raíces principales y las causas fundamentales puede ser un gran paso en la dirección correcta.

El enlace para la visualización gratuita en línea

es <https://www.youtube.com/watch?v=9iolNb7NadU> [Comience en la marca de los 5:30 minutos, para evitar los comentarios introductorios y llegar directamente al tema].

(El Dr. Ron Hunninghake ha trabajado como médico ortomolecular durante 28 años. Es el director médico de la Clínica Riordan y ha sido incluido en el Salón de la Fama de la Medicina Ortomolecular).

Más videos sobre la vitamina C intravenosa (VCI) y el cáncer:

[Explicando el protocolo Riordan IVC](https://www.youtube.com/watch?v=04cOSwZ43II)

<https://www.youtube.com/watch?v=04cOSwZ43II>

Para una **descarga gratuita de una copia imprimible del protocolo completo de Riordan IVC:**

http://riordanclinic.org/wp-content/uploads/2014/11/Riordan_IVC_Protocol.pdf

También en <http://www.doctoryourself.com/RiordanIVC.pdf>

Estudios de caso de vitamina C intravenosa

<https://www.youtube.com/watch?v=Nmr1gsRt8BE>

Estudios de casos de cáncer con ozono y el protocolo IVC

<https://www.youtube.com/watch?v=x5wOX4NSb90>

Hechos, ficción y leyes de la vitamina C

<https://www.youtube.com/watch?v=xrzs2BlzdVQ>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más

información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 7

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 13 de febrero de 2016

Vacunas, vitamina C y "elección" por Helen Saul Case

(OMNS, 13 de febrero de 2016) Algunas personas están bastante horrorizadas de que mi esposo y yo vacunáramos a nuestros hijos. La gente me escribe y me dice que las vacunas son peligrosas. Me advierten sobre los efectos secundarios de esta vacuna y aquella. Comparten formas alternativas y naturales de mejorar la inmunidad. Lo que tenemos aquí es una falla en la comunicación. Lamento no haberme explicado mejor la primera vez. (<http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n09.shtml>)

Arreglemos eso.

Las vacunas pueden ser peligrosas

No tienes que decirme esto. Ya lo se. Vi a mi hijo sufrir una reacción grave a la vacuna ante mis propios ojos. Ver a mi bebé de 15 meses, gritando, tratando de caminar hacia mí pero sin poder hacerlo porque se tropezaba, se caía y no estaba coordinada, es una visión que *nunca* podré sacar de mi mente. Fue espantoso.

También vi que la vitamina C en dosis altas y con niveles de saturación la volvía a la normalidad. Nunca olvidaré esto tampoco.

Pero, ¿por qué no detuve los disparos en ese mismo momento?

"Elegir" vacunar

En el artículo escribí: "Mi esposo y yo decidimos vacunar a nuestros hijos". Lo hicimos. Nos *podríamos* haber elegido no hacerlo.

Podríamos haber dicho que no a *todos los* disparos *eligiendo* una exención religiosa que indique que los disparos van en contra de nuestras creencias religiosas sinceras. Elegimos no hacer de esta nuestra religión.

Las exenciones a las vacunas por creencias filosóficas, personales o concienzudas no son legales en el estado de Nueva York, donde vive nuestra familia. Podríamos haber *optado* por mudarnos a un estado diferente donde se permitan exenciones filosóficas. Pero decidimos no movernos.

Podríamos haber *optado* por simplemente rechazar las vacunas y enfrentarnos cara a cara contra el gobierno estatal y los distritos escolares y los servicios de protección infantil. En última instancia, elegimos cumplir solo con las vacunas exigidas por el estado, pero solo las requeridas para la escuela, y nada más.

Así que sí, que *elegimos* a nuestros hijos han vacunado. En verdad, sin embargo, no sentimos que tuviéramos muchas opciones. Nadie lo hace realmente. La "elección" se puede quitar en un instante.

Vacunas para todos los niños

Presta atención: esto es importante. A medida que los estados imponen leyes de inmunización más fuertes y estrictas a sus ciudadanos, la vacunación obligatoria se está convirtiendo rápidamente en la regla y no en la excepción. Puede discutir sobre los peligros de las vacunas, pero simplemente estaré de acuerdo con usted. Eso no cambia el hecho de que los niños todavía reciben vacunas todos los días. Las reacciones a las vacunas y los efectos secundarios son un peligro real. Los médicos están de acuerdo. Esta es la dura realidad fría.

No estoy de acuerdo con todas las vacunas recomendadas para niños. No estoy de acuerdo con el momento de las vacunas para los niños. No estoy de acuerdo con que los niños pequeños y los bebés y los bebés deban recibir vacunas tan temprano en su vida, tantas en un clip, y tres, cuatro y cinco dosis de las mismas una y otra vez. No estoy de acuerdo con que las madres embarazadas de bebés en desarrollo deban recibir inyecciones. Y no apruebo el hecho de que ninguna autoridad médica o gubernamental instruya a los padres sobre cómo protegerse contra los daños causados por las vacunas administrando dosis masivas de vitamina C.

"Un niño pequeño puede recibir 49 dosis de 14 vacunas antes de los 6 años, y 69 dosis de 16 vacunas antes de los 18. También es preocupante cuando se examinan los diversos ingredientes que están presentes en estas vacunas. Lo que tiene sentido es el uso de cantidades de tolerancia intestinal de vitamina C oral para contrarrestar los efectos tóxicos de las vacunas ". - Ken Walker, MD

A pesar de mi opinión, cada año se administran más de 10 millones de vacunas a niños menores de un año (1). Solo se informa entre el uno y el diez por ciento de las reacciones a la vacuna (2). Ese no nos sorprende. El pediatra de nuestra hija no informó su reacción a la vacuna. Lo hicimos.

En la mayoría de los estados, cuando se trata de vacunas, debes convertirte en un extremista o debes cumplir. Los padres de mi estado no pueden posponer las vacunas de sus hijos después de los mandatos estatales sin exenciones médicas. Solo podemos retrasarlos y distribuirlos dentro de estas limitaciones. No está permitido decir sí a algunas vacunas y no a otras; la ley no permite a las familias un enfoque de "buffet". A medida que los estados buscan apretar los tornillos de las exenciones médicas, eliminar las exenciones filosóficas y concienzudas, e incluso tratar de limitar (inconstitucionalmente) las exenciones religiosas, es cada vez más probable que no: una aguja está entrando en su hijo.

Y será mejor que estemos preparados.

"Creo firmemente que las vacunas deben considerarse por separado según se apliquen a la persona y su efectividad. Nunca habrá una buena vacuna para cada enfermedad infecciosa. Espero que muchos presten atención al hecho de que una dosis alta de C hace maravillas en reducir los efectos secundarios de la vacuna ". - Ralph Campbell, MD

Vitamina C en altas dosis para todos

La vitamina C en dosis altas previene y trata de manera segura los efectos secundarios de la vacuna (3). Esto ha sido evidente en nuestra experiencia. Vimos que la vitamina C de alta dosis y saturación devolvió la salud a nuestra hija después de una reacción a la vacuna. Observamos que la vitamina C en dosis altas y con niveles de saturación previene los efectos secundarios de la vacunación. Les damos a nuestros dos niños niveles de saturación de C antes, durante (sí, directamente en el consultorio del médico) y después de las vacunas. No proporcionamos la cantidad de vitamina C que *creemos que* podría funcionar; damos lo suficiente para hacer el trabajo.

Esto no es tarea fácil. Se necesita una determinación como nunca antes para lograr que sus hijos tomen cantidades muy altas de vitamina C una y otra vez, día tras día. También se necesita amor, paciencia, comprensión, elogios, deliciosos "cazadores" después de tomar vitamina C en polvo en jugo, y cuando todo lo demás falla: soborno directo.

Mantener a los niños lo más saludables posible requiere un gran esfuerzo. Y merece la pena. Incluso nuestro médico se maravilla de que nuestros niños solo visiten el consultorio para citas de bienestar y vacunas.

Lo veo de esta manera: cuando eres padre y estás amamantando o dando un biberón, no te rindes si tu hijo no come. Usted se encarga de que su bebé reciba la nutrición que necesita. Lo haces *hasta*. Así es como nos sentimos acerca de la vitamina C. Es así de importante.

No hay tiros hasta mis veintes

En mi artículo digo "Nosotros (mi esposo y yo) creemos que algunas vacunas valen la pena". Y lo hago. Dos, de hecho.

Cuando tenía veintitantos años, recibí una sola vacuna contra el tétanos después de pisar un clavo que me atravesó el pie mientras caminaba por un viejo granero. El estiércol de caballo transporta naturalmente la bacteria del tétanos y puede sobrevivir inactivo en esporas encerradas durante décadas (4). Si bien la posibilidad de que realmente terminara con tétanos era muy escasa, pensé que era una "buena idea" vacunarme contra el tétanos en tales circunstancias. Mi doctor también. Recibí la inyección y también tomé mucha vitamina C.

También recibí una dosis única de la vacuna MMR (sarampión, paperas, rubéola) años antes de quedar embarazada. Mi médico argumentó que esta era una buena idea si quería tener una familia. Contraer sarampión durante el embarazo puede resultar en problemas graves para el bebé en desarrollo. Discutimos si otros disparos también valdrían el riesgo inherente. La respuesta fue no. Nuevamente, tomé vitamina C para la tolerancia intestinal. Me salvé de los efectos nocivos de la inoculación de MMR.

Entonces sí, esto significaría que creo que algunas tomas valen la pena. Yo mismo he tenido dos. Pero hay más que eso. No tuve una sola inyección cuando era niño. Mis padres optaron por utilizar las vitaminas y la nutrición como respuesta (y más a menudo para la prevención) de nuestros problemas de salud. Como era de esperar, éramos niños realmente sanos. Me criaron hasta la universidad sin vacunas ni antibióticos. En su lugar, utilizaron vitaminas porque son seguras y funcionan. Pero este fue un camino muy difícil para mis padres y para mí. Ese camino es aún más difícil de transitar ahora con mucha más presión para vacunar y más vacunas por las que presionar.

Todos queremos niños sanos

Debemos encontrarnos con los padres donde están. Mientras trabajamos con el mandato de seguridad de las vacunas, exigir el consentimiento informado, y abogar por una opción real, cuando se trata de si vacunar o no, vamos a minimizar cualquier posibilidad de dañar la vacuna *ahora*. Los niños son impotentes. No lo somos. Ya sea que tengamos la opción de vacunarnos o no, elijamos darles vitamina C y mucha.

(Helen Saul Case es autora de The Vitamin Cure for Women's Health Problems y coautora de Vegetable Juicing for Everyone . Su último libro se titula Vitamins & Pregnancy: The Real Story).

Aprender más:

Caso HC. No se vacune sin vitamina C.

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n09.shtml>

Levy TE. La vitamina C previene los efectos secundarios de la vacunación; aumenta la eficacia

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n07.shtml>

Downing D. Vacuna contra la influenza: no hay pruebas sólidas.

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n02.shtml>

Yanagisawa A. Tratamiento ortomolecular para los efectos adversos de la vacuna contra el virus del papiloma humano

(VPH). <http://orthomolecular.org/resources/omns/v11n05.shtml>

Levy TE. Vitamina C, culebrilla y vacunación.

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v09n17.shtml>

Munsterhjelm-Ahumada K. Las autoridades sanitarias ahora admiten efectos secundarios graves de la vacunación: gripe porcina, pandemrix y narcolepsia <http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n10.shtml>

Downing D. Por qué este médico cuestiona la vacunación contra la influenza.

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n06.shtml>

Saul AW. ¿Disparos o no? La peste, la gripe y tú.

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n05.shtml>

Kalokerinos A. (1974) Cada segundo niño. Thomas Nelson Pubs, reimpresso en rústica, Keats Pub. New Canaan, CT (1981) ISBN-10: 0879832509; ISBN-13: 978-0879832506.

Referencias:

1. <https://vaers.hhs.gov/data/index>

2. <http://www.nvic.org/faqs/vaccine-reactions.aspx>
3. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n07.shtml>
4. <https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000615.htm> y <http://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/tetanus.html>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

Encuentra un doctor

Para localizar un médico ortomolecular cerca de usted: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n09.shtml>

NRO 6

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 8 de febrero de 2016

El ascenso y la caída de Wikipedia

primero en búsquedas en Internet; Último en confiabilidad

Comentario de Howard Straus

(OMNS, 8 de febrero de 2016) Es muy probable que cualquier persona que utilice Internet para buscar información esté familiarizada con el sitio de Wikipedia. Wikipedia se encuentra muy a menudo entre los primeros resultados que aparecen en consultas como "¿Cuál es la población de Kazajstán?" o "¿Cuántos francófonos hay en Estados Unidos?" A preguntas como esta, con poco o ningún impacto comercial, y sin controversias científicas o políticas en torno a ellas, Wikipedia a veces ofrece respuestas decentes.

Pero aventúrate en la curación natural o la medicina alternativa y las respuestas se desvían totalmente a favor de la medicina corporativa. Naturalmente, Big Pharma es una de esas entidades dispuestas a pagar por controlar el flujo de información. Esas páginas no se identifican como publicidad o propaganda.

Este fenómeno no se limita a temas de salud. Aquí hay un enlace a una de las controversias sobre "Pay for Play": <http://www.cnet.com/news/corruption-in-wikiland-paid-pr-scandal-erupts-at-wikipedia/>

Y otro: <http://royaldutchshellplc.com/2011/12/18/integrity-of-wikipedia-corporate-articles-corrupted-by-editing-scandal/>

La credibilidad de Wikipedia entre los investigadores serios siempre ha sido muy baja. No es de extrañar que los profesores universitarios en general rechacen las citas de Wikipedia en los artículos de los estudiantes.

Hace años, el NY Times informó que Middlebury College había prohibido las referencias a

Wikipedia: http://www.nytimes.com/2007/02/21/education/21wikipedia.html?_r=0

Una lista de enlaces a artículos sobre escuelas y universidades. prohibir Wikipedia por falta de

fiabilidad: https://en.wikipedia.org/wiki/Wikipedia:Schools_and_colleges_banned_WP_in_2007-2008 ¿No es irónico que esta entrada se encuentre en

Wikipedia? . . y se ha eliminado la información sobre el médico ortomolecular Robert F. Cathcart,

MD? https://en.wikipedia.org/wiki/Wikipedia:Articles_for_deletion/Robert_Cathcart

Otros médicos nutricionistas también han recibido el hacha en

Wikipedia: <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v06n18.shtml>

Este escritor y muchos otros en el campo de la medicina alternativa y la curación natural han experimentado el sesgo de Wikipedia personalmente al contribuir con artículos bien documentados y cuidadosamente investigados al sitio, solo para que los "editores" anónimos los modifiquen y eliminen radicalmente. Prohibido de seguir editando o contribuyendo. Esto es imposible de conciliar con un flujo libre de información.

Y se puede verificar. En Wikipedia, se guarda todo el historial anterior de ediciones de páginas. Las ediciones se pueden ver haciendo clic en una pestaña de la página en cuestión llamada "Ver historial" cerca de la parte superior de la página. También muestra el nombre de la persona que realiza la edición, si inició sesión. Cada página tiene su propio historial adjunto, y se puede ver.

Siguiendo la línea

Las empresas estadounidenses no tardaron en darse cuenta de que Internet era una fuente de información poderosa y democrática, y que un gran número de usuarios la utilizaban para investigar cuestiones que no eran abordadas por los principales medios de comunicación financiados con publicidad. A medida que la gente recurría cada vez más a Internet en busca de esta información, Wikipedia creció como la pólvora.

Al principio, fue interesante ver fluir información sin censura a través del sitio, e incluso contribuir a ello. Luego, la América corporativa se dio cuenta de que Wikipedia, y sitios similares, estaban distribuyendo información que habían suprimido cuidadosa y completamente en los medios, y se dispusieron a corregir esa omisión. Pronto, las entradas de Wikipedia sobre curación natural, medicina holística y otros temas comenzaron a parecerse a anuncios publicitarios de Monsanto, Merck o NIH. Se suponía que los colaboradores eran anónimos, se suponía que los editores "voluntarios" eran tanto anónimos como neutrales. Pero estaba claro que para ciertos temas sensibles, esto estaba lejos de ser el caso.

Las adiciones a artículos en Wikipedia que iban en contra de la línea corporativa fueron rápidamente editadas y reemplazadas por anuncios publicitarios amigables para las empresas. Los escritores que publicaron el material ofensivo han sido prohibidos por los editores aparentemente neutrales e imparciales, y la información volvió a los viejos tiempos de la censura.

El camino de Wikipedia o la autopista

El fundador de Wikipedia ridiculizó una petición de 8.000 personas para tener una discusión más sólida sobre la medicina alternativa, diciendo en parte: *"No, tienes que estar bromeando. Todas las personas que firmaron esta petición deben regresar para revisar sus instalaciones y pensar más sobre lo que significa ser honesto, fáctico, veraz. Lo que no haremos es pretender que el trabajo de charlatanes lunáticos es el equivalente al 'verdadero discurso científico'. No lo es "*. <http://www.businessinsider.com/jimmy-wales-petition-response-2014-3>

Otro comentario sobre el uso no ético de Wikipedia y la supresión de reportajes: <http://thenextweb.com/insider/2012/10/13/wikipedias-dark-side/#gref>

Numerosos ejemplos de parcialidad e hipocresía de Wikipedia: <http://drleonardcoldwell.com/2015/03/24/total-hypocrisy-wikipedia-sues-nsa-while-censoring-truth-and-promoting-corporate-propaganda/>

Los lectores solían calificar una página de Wikipedia en función de si era "confiable", "objetiva", "completa" o "bien escrita". En la parte inferior de cada página se encontraba un recuadro de encuesta "Califique esta página". Esta opción parece haber sido eliminada. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v07n06.shtml>

Blanqueando las drogas

Aquí está la página de Wikipedia sobre quimioterapia: <https://en.wikipedia.org/wiki/Chemotherapy> . Tenga en cuenta que minimiza los resultados negativos; nunca menciona el estudio del Centro de Investigación del Cáncer Fred Hutchinson que encuentra que la quimioterapia empeora mucho el cáncer; no entra en efectos negativos hasta muy abajo en el artículo; en ninguna parte del artículo se menciona la palabra "seguridad"; y la "eficacia" casi se pasa por alto. Sin embargo, sí enumera los ingresos de los diez principales agentes quimioterapéuticos de 2013: suman un total de \$ 37,47 mil millones de dólares. Eso es solo en un año.

Aquí está la página de Wikipedia sobre Lipitor: <https://en.wikipedia.org/wiki/Atorvastatin> No se menciona una supervivencia mejorada (por supuesto, no **hay un aumento** en la supervivencia) en el artículo; la palabra "eficacia" no aparece y la palabra "eficacia" se refiere únicamente a la propiedad reductora del colesterol del fármaco. Nada sobre una mayor longevidad; el daño hepático se menciona a la ligera; pero se observa que la economía es "ventas de más de \$ 125 mil millones en 14,5 años". Esto lo convirtió en el fármaco más vendido de todos los tiempos, sin que se haya demostrado una mejora en la supervivencia a largo plazo. ¿Por qué no se menciona esto?

Wikipedia ha solicitado con frecuencia financiación a sus lectores. Debido a su creciente inutilidad como fuente de información confiable, creo que los principales contribuyentes seguramente serán las corporaciones que corrompieron el flujo de información en primer lugar. Después de mis experiencias con el sitio y la de otros colaboradores con información sobre temas controvertidos, nunca lo usaría como un recurso para las consultas más mundanas. Y sospecharía incluso de esos.

(Howard Straus, nieto de Max Gerson, MD, es el principal biógrafo del médico y autor de Dr. Max Gerson: Healing the Hopeless. El libro fue revisado en el Journal of Orthomolecular Medicine 2002, 17: 2, p 122-124. [Http : //orthomolecular.org/library/jom/2002/pdf/2002-v17n02-p120.pdf](http://orthomolecular.org/library/jom/2002/pdf/2002-v17n02-p120.pdf) o <http://www.doctoryourself.com/gersonbio.htm>)

Comentarios de los lectores de OMNS sobre el sesgo de Wikipedia:

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n16.shtml>

No dude en enviar sus propios comentarios al correo electrónico de contacto de OMNS Editorial, más abajo.

Aprender más:

Azer SA, AlSwaidan NM, Alshwairikh LA, AlShammari JM. (2015) Precisión y legibilidad de las entradas cardiovasculares en Wikipedia: ¿son recursos de aprendizaje confiables para los estudiantes de medicina? *BMJ Open*. 6 de octubre de 2015; 5 (10): e008187. doi: 10.1136 / bmjopen-2015-008187. (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26443650>) *Explica que las entradas de Wikipedia sobre enfermedades cardiovasculares carecían de detalles importantes sobre fisiopatología, síntomas, diagnóstico y tratamiento, y no deberían recomendarse para su uso en educación. En otros artículos, el mismo autor afirma que existen problemas similares para las entradas de Wikipedia sobre gastroenterología, hepatología y temas respiratorios.*

Wilson AM, como GE. (2015) Volatilidad del contenido de los temas científicos en Wikipedia: un cuento cauteloso. *PLoS One*. 10 (8): e0134454. doi: 10.1371 / journal.pone.0134454. (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26275058>) *Los temas políticamente controvertidos en Wikipedia cambian constantemente y, por lo tanto, no son adecuados como fuente autorizada de información científica.*

Kräenbring J, Monzon Penza T, Gutmann J, Muehlich S, Zolk O, Wojnowski L, Maas R, Engelhardt S, Sarikas A. (2014) Precisión e integridad de la información sobre medicamentos en Wikipedia: una comparación con los libros de texto estándar de farmacología. *Más uno*. 9 (9): e106930. doi: 10.1371 / journal.pone.0106930. (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25250889>) *Las entradas de Wikipedia sobre información relacionada con las drogas son precisas y adecuadas para la educación.*

Hasty RT, Garbalosa RC, Barbato VA, Valdes PJ Jr, Powers DW, Hernandez E, John JS, Suci G, Qureshi F, Popa-Radu M, San Jose S, Drexler N, Patankar R, Paz JR, King CW, Gerber HN, Valladares MG, Somji AA. (2014) Wikipedia versus literatura médica revisada por pares para obtener información sobre las 10 afecciones médicas más costosas. *J Am Osteopath Assoc*. 114 (5): 368-73. doi: 10.7556 / jaoa.2014.035. (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24778001>) *Los artículos revisados por pares son más precisos que las entradas de Wikipedia sobre preguntas comunes sobre la atención al paciente. Sin embargo, los comentarios de los lectores sobre este artículo señalan que los médicos e investigadores (por ejemplo, los autores de este estudio) a menudo no son lo suficientemente escépticos con respecto a la literatura médica revisada por pares, por lo que el problema no se limita a Wikipedia.*

Edwards KL, Salvo MC, Ward KE, Attridge RT, Kiser K, Pinner NA, Gallegos PJ, Kesteloot LL, Hylton A, Bookstaver PB. (2014) Evaluación y revisión de sitios web de Internet de práctica de farmacia clínica. *Ann Pharmacother*. 48

(2): 258-67. doi: 10.1177 / 1060028013510899. (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24259640>) *Sugiere que Wikipedia es el sitio web más común encontrado en búsquedas por profesionales médicos, estudiantes y pacientes, pero contiene información inexacta que no siempre se puede actualizar fácilmente.*

Leithner A, Maurer-Ertl W, Glehr M, Friesenbichler J, Leithner K, Windhager R. (2010) Wikipedia y el osteosarcoma: ¿una información confiable para los pacientes? J Am Med Inform Assoc. 2010 julio-agosto; 17 (4): 373-4. doi: 10.1136 / jamia.2010.004507. (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20595302>). *La calidad de las entradas de Wikipedia sobre el cáncer es inferior a la información del paciente proporcionada por el Instituto Nacional del Cáncer (NCI). Se deben agregar enlaces externos adicionales a fuentes definitivas, como NCI, y estos deben verificarse con frecuencia para confirmar la calidad y la precisión.*

Koo M. (2014) Medicina complementaria y alternativa en wikipedia: oportunidades de mejora. Complemento basado en Evid Alternat Med. 2014: 105186. doi: 10.1155 / 2014/105186. (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24864148>) *Aunque Wikipedia es una fuente de información popular, los artículos sobre medicina complementaria y alternativa son más breves, tienen menos referencias que la medicina convencional y la mayoría son inexactos.*

Volsky PG, Baldassari CM, Mushti S, Derkay CS. (2012) Calidad de la información de Internet en otorrinolaringología pediátrica: una comparación de los tres sitios web más referenciados. Int J Pediatr Otorhinolaryngol. 76 (9): 1312-6. doi: 10.1016 / j.ijporl.2012.05.026. *Wikipedia va a la zaga de eMedicine en cuanto a precisión y errores de contenido.* (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22770592>)

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 5

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 26 de enero de 2016

Cómo los médicos usan la vitamina C contra el envenenamiento por plomo

Por Andrew W. Saul, Editor

(OMNS, 26 de enero de 2016) Escuchamos sobre los peligros del plomo. Sabemos que el envenenamiento por plomo puede causar un retraso mental severo. El plomo se ha relacionado claramente con la enfermedad de Alzheimer. Se nos ha dicho que evitemos el plomo en nuestros hogares y en nuestra agua, y que limpiemos la contaminación por plomo de nuestro medio ambiente. Pero no se nos ha dicho cómo eliminarlo de nuestro cuerpo. Las megadosis de vitamina C pueden ser la respuesta.

El Dr. Erik Paterson, de Columbia Británica, informa:

"Cuando era médico consultor de un centro para discapacitados mentales, se descubrió que un paciente que mostraba cambios de comportamiento tenía niveles de plomo en sangre diez veces superiores a los niveles aceptables. Le administré vitamina C en una dosis de 4.000 mg / día. I anticipé una respuesta lenta. Al año siguiente volví a controlar su nivel de plomo en sangre. Había aumentado, para mi consternación inicial. Pero luego pensé que tal vez lo que estaba sucediendo era que la vitamina C estaba movilizándolo de sus tejidos. persistió. Al año siguiente, al volver a verificar, los niveles de plomo habían caído marcadamente hasta muy por debajo del resultado inicial. A medida que pasaban los años, los niveles se volvieron casi indetectables y su comportamiento mejoró notablemente "

¿Cuánta vitamina C?

Frederick Robert Klenner, MD, insistió en que se necesitan grandes cantidades de vitamina C para hacer el trabajo. Un artículo antiguo (1940) se equivocó y el Dr. Klenner comenta:

"El informe de Dannenberg de que las dosis altas de ácido ascórbico no tuvieron efecto en el tratamiento de la intoxicación por plomo en un niño debe ignorarse, ya que su dosis extremadamente alta era de 25 mg por vía oral cuatro veces al día y una sola inyección diaria de 250 mg de C. Si hubiera administrado 350 mg / kg de peso corporal cada dos horas, habría visto la otra cara de la moneda "

Esto es lo que equivalen aproximadamente a 350 miligramos de vitamina C por kilogramo de peso corporal en libras:

Miligramos de vitamina C	Peso corporal
35.000 magnesio	220 libras

18.000	110 libras
9.000	55 libras
4.500	28 libras
2,300	14-15 libras
1200	7-8 libras

Aunque estas cantidades puedan parecer elevadas, hay que señalar que el Dr. Klenner administraba dichas cantidades **cada dos horas** .

La vitamina C se puede administrar por vía intravenosa si es necesario. La vitamina C oral se puede administrar en forma de líquido, polvo, tableta o tableta masticable. Los niños pequeños a menudo aceptan tabletas masticables en polvo, endulzadas naturalmente, que pueden triturarse entre dos cucharadas y agregarse a su comida favorita. A los bebés les va bien con vitamina C líquida. Puede prepararla usted mismo disolviendo diariamente ácido ascórbico en polvo en un frasco gotero pequeño y agregándolo al jugo de frutas. El Dr. Klenner recomendó dosis preventivas diarias, que describió como mil miligramos de C por año de la edad de un niño, con una meseta de 10,000 mg / día para adolescentes y adultos.

"¿Vitamina C? Pero..."

Es probable que las preguntas habituales de los lectores incluyan estas, a las que hemos proporcionado las respuestas más breves.

"¿Porque tanto?" Porque muy poco no será efectivo. El Dr. Klenner, así como el Dr. Robert F. Cathcart, el Dr. Hugh D. Riordan, el Dr. Abram Hoffer y muchos otros médicos nutricionistas con gran experiencia han enfatizado esto.

"¿Es seguro?" Año tras año, década tras década, los datos nacionales no muestran ninguna muerte por vitamina C. La vitamina C tampoco causa cálculos renales. Lea para saber lo que está haciendo. Trabaje con su médico. Y asegúrese de que su médico haya leído lo que ha leído.

"¿Es el ácido ascórbico realmente vitamina C?" Si. Linus Pauling, químico doble ganador del premio Nobel, lo dijo. Debería saberlo. Casi todas las investigaciones médicas exitosas sobre la terapia con vitamina C han utilizado ácido ascórbico simple, barato y que se puede comprar en cualquier lugar. Otras formas de C también funcionarán bien.

"¿Eso es?" Ciertamente no. Se deben abordar y eliminar todas las fuentes de contaminación por plomo. La vitamina C tiene un papel importante que desempeñar al hacerlo y debe ser promovida públicamente por las profesiones médicas, el gobierno y los medios de comunicación. Inmediatamente.

Aprender más:

La cita del Dr. Klenner es de "La importancia de la alta ingesta diaria de ácido ascórbico en la medicina preventiva", p. 51-59, *Physician's Handbook on Orthomolecular Medicine*, Third Edition, Roger Williams, PhD, ed.)
[Http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/197x/klenner-fr-j_int_assn_prev_med-1974-v1-n1-p45.htm](http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/197x/klenner-fr-j_int_assn_prev_med-1974-v1-n1-p45.htm)

Puede leer la *Guía clínica* del Dr. Klenner *para el uso de vitamina C* de forma gratuita. Está publicado en su totalidad en <http://www.whale.to/a/smith1988.html> y también en http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/198x/smith-lh-clinical_guide_1988.htm

Muchos artículos de acceso gratuito sobre la terapia con vitamina C se encuentran publicados en <http://www.whale.to/v/c/index.html>

"Los suplementos vitamínicos ayudan a proteger a los niños de los metales pesados y reducen los trastornos del comportamiento". Orthomolecular Medicine News Service, 8 de octubre de 2007. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n07.shtml>

Todos los artículos de OMNS están archivados aquí: <http://orthomolecular.org/resources/omns/index.shtml> Muchos discuten las preguntas más frecuentes sobre las dosis, la seguridad, las formas y la administración adecuada de las vitaminas.

Documento de Dannenberg, mencionado por Klenner:
<http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1160080>

Solo una parte parece ser de libre acceso. [Dannenburg, AM, et al (1940) Ácido ascórbico en el tratamiento del envenenamiento crónico por plomo. JAMA. 114: 1439-1440.]

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 4

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 21 de enero de 2016

¿Carne roja, carne procesada o sin carne? por Ralph Campbell, MD

(OMNS, 21 de enero de 2016) Hullabaloo sobre el "nuevo" hallazgo de que el tocino es malo para usted podría haber encontrado un nivel razonable de atención, pero la Organización Mundial de la Salud ha entrado en la refriega. [1,2] Durante varias décadas, hemos conocido la potencial carcinogenicidad de los nitratos y nitritos utilizados por la industria de procesamiento de carne. Los nitritos funcionan como conservante de la carne y, como el colorete, hacen que la carne se vea "rosada" y parezca mucho más fresca de lo que realmente es. Pero la OMS, agregando un aura de ciencia, fue y creó categorías de carcinogenicidad: 1) Vínculo firme 2) Vínculo probable 3) Vínculo posible. Las carnes procesadas se colocaron en la categoría de Tipo 1 y las carnes rojas en el Tipo 2. Cualquier distinción adicional termina aquí, porque agruparon las carnes rojas naturalmente y las carnes procesadas en su análisis estadístico.

De 190.000 adultos estudiados durante siete años, los que consumían la carne más procesada, como fiambres y salchichas, tenían un 68 por ciento más de riesgo de cáncer de páncreas que los que comían menos. [3]

Toxinas cancerígenas

Poco después de que la comunidad científica se diera cuenta por primera vez de que la exposición a toxinas en nuestro medio ambiente resultaría carcinogénica, el Dr. Bruce Ames desarrolló una prueba que determinó si una sustancia era mutagénica para algunas bacterias. [4] Se encontró que muchos productos químicos y metales pesados lo eran.

Un mayor riesgo proviene de la formación de hidrocarburos aromáticos policíclicos cancerígenos en la carne carbonizada de parrillas y barbacoas. El problema se ve agravado por los productos químicos en la carne y su grasa. ¿Pasó el animal sobre hierba cargada de herbicidas y pesticidas? ¿O consumió antibióticos, suministrados en el lote de alimentación? Tanto en los animales como en los seres humanos, los plaguicidas solubles en grasa se almacenan, como era de esperar, en la grasa. Teniendo esto en cuenta, ¿no deberían analizarse cuidadosamente el medio ambiente y la alimentación de los animales? Y mejor aún, ¿la verdadera carne orgánica no sería suficiente? ¿Funcionaría también una dieta vegetariana pura? Muchos esperarían poder incluir algo de carne en su dieta.

Si el tocino no está enfermo para empezar, no es necesario curarlo.

Prevención temprana

Desde el primer accidente mutagénico hasta que se detecta el cáncer, pueden pasar años, incluso décadas. Lo que actualmente se llama "medicina preventiva" es solo una detección temprana. El gato ya está fuera de la

bolsa. En cambio, se debe seguir a un grupo de participantes con una dieta orgánica o vegetariana durante varias décadas, y luego se debe controlar cuidadosamente el cáncer. La verdadera medicina preventiva debe comenzar temprano en la vida mientras aún está saludable. Sabemos que un nivel suficiente de vitamina C puede detener esas primeras células mutantes. [5] Ahora **hay** una buena medida preventiva rentable que todos pueden usar.

Los niños que comen un hot dog a la semana duplican el riesgo de un tumor cerebral; dos por semana triplica el riesgo. Los niños que comen más de doce perros calientes al mes (tres a la semana) tienen casi diez veces más riesgo de leucemia que los niños que no comen nada. [6]

Se ha demostrado que los niños que comen perritos calientes que toman vitaminas suplementarias tienen un riesgo reducido de cáncer. [7]

Tenemos que lidiar con la falsa noción de que una sola sustancia en la dieta humana causa cáncer. Hay muchos tipos de cáncer. Algunos están influenciados por hormonas. El desarrollo del cáncer de intestino depende, en parte, de cuánto tiempo el carcinógeno está en contacto con el intestino, el concepto de tiempo de tránsito desarrollado por el Dr. Denis Parsons Burkitt. [8] Al comparar la dieta africana con la británica, determinó que la fibra dietética era un factor importante en la disminución del tiempo de tránsito. Ahora sabemos que la fibra también crea una flora o microbioma intestinal saludable. Vi que esta información convirtió a bastantes personas de "carne y papa" en granos integrales, yogur y brócoli en los años 60.

Necesitas el equipo

Dado que muchos fármacos se desarrollan para tener una acción diana específica de inhibir o potenciar la acción de una enzima u otra biomolécula, sus efectos a corto plazo son relativamente fáciles de determinar. No es así cuando se prueba un solo elemento de la dieta humana. Los nutrientes funcionan en conjunto, por lo que probar una dosis adecuada de uno solo no determinará su verdadero efecto. Los estudios de laboratorio en ratones permiten un control completo del entorno del ratón: comida, temperatura, nivel de ruido, tiempo de ejercicio en sus pequeñas ruedas de la fortuna, o lo que sea. Pero con nuestra dieta humana, no podemos encontrar un nutriente de prueba que sea independiente. Su programa de química nutricional interna tiene muchos actores.

En los estudios de los efectos de las vitaminas individuales, no siempre debemos esperar que de forma **individual** hagan milagros. También debemos ir más allá de la mentalidad de una cura mágica para el cáncer. La verdadera prevención consiste en mejorar la salud por todos los medios posibles: dieta, incluida la ingesta adecuada de vitaminas; microbioma intestinal sano; ejercicio; minimizar el estrés mental; evitando los alimentos procesados y los productos químicos alimentarios. Los principios de la medicina ortomolecular exigen absolutamente una ingesta adecuada de vitaminas y nutrientes esenciales. Encuentro personas influenciadas por la publicidad de medicamentos que piensan en las vitaminas como más píldoras. A menudo se

preguntan si una dosis de vitamina C que está justo por debajo del nivel de tolerancia intestinal puede ser útil. Bueno, lo es.

Pero no carne procesada

Sabemos que las carnes procesadas son malas para nosotros, especialmente cuando se toman en grandes porciones. Recientemente, he visto anuncios de sándwiches que contienen grandes porciones de tocino como para transmitir la idea de que "Puede que sea un poco malo para usted, pero es taaaan bueno. ¡Venga, compre!" ¿Es mejor estar saciado que sano? ¿Qué tan **poco** saludable está bien? Los trucos para quienes comen carne son 1) ser orgánico y 2) no comer mucha. Sugeriría emular la dieta mediterránea: haga de la carne un condimento para acompañar sus verduras y otros alimentos vegetales. Omítala hamburguesa de tocino de media libra. Y tal vez le pase a ese perrito caliente también.

(El Dr. Ralph Campbell, un pediatra jubilado, se acerca a los 90, pero difícilmente lo sabrías. Es un agricultor de huertas activo y todavía establece sus propias tuberías de riego. Es el autor, junto con Andrew Saul, de The Cura de vitamina para los problemas de salud de los niños y también La cura de vitamina para los problemas de salud de los bebés y niños pequeños.)

Referencias:

1. Bouvard V, Loomis D, Guyton KZ y col. Grupo de trabajo de monografías de la Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer. (2015) Carcinogenicidad del consumo de carnes rojas y procesadas. Lancet Oncol. 16: 1599-1600. doi: 10.1016 / S1470-2045 (15) 00444-1.
2. <http://www.who.int/features/qa/cancer-red-meat/en>
3. Nothlings U, Wilkens LR, Murphy SP et al. (2005) La ingesta de carne y grasas como factores de riesgo para el cáncer de páncreas: el estudio de cohorte multiétnica. J Nat Cancer Inst 97: 1458-65.
4. Ames BN, Durston WE, Yamasaki E, Lee FD. (1973) Los carcinógenos son mutágenos: un sistema de prueba simple que combina homogeneizados de hígado para la activación y bacterias para la detección. Proc Natl Acad Sci USA. 70: 2281-22855.
5. Scanlan RA. Nitrosaminas y cáncer. <http://lpi.oregonstate.edu/f-w00/nitrosamine.html>
6. Peters JM, Preston-Martin S, London SJ, Bowman JD, Buckley JD, Thomas DC. Carnes procesadas y riesgo de leucemia infantil. (1994) Control de las causas del cáncer. Mar; 5 (2): 195-202.
7. Sarasua S, Savitz DA. (1994) Consumo de carne curada y asada en relación con el cáncer infantil: Denver, Colorado. Control de las causas del cáncer. Mar; 5 (2): 141-8.
8. Burkitt DP. (1971) Epidemiología del cáncer de colon y recto. Cáncer. 28: 3-13.

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 3

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 17 de enero de 2016

Suplemento de ataques en PBS

Último trabajo de hacha al aire el 19 de enero

por Andrew W. Saul, Editor

(OMNS, 17 de enero de 2016) Puede que sea hora de un poco de niacina adicional. PBS *FRONTLINE* ha anunciado un adelanto del programa de "Suplementos y seguridad" que demuestra, al menos, que el periodismo amarillo todavía atrae a los espectadores. <http://www.pbs.org/wgbh/frontline/film/supplements-and-safety/> Prepárese para que le presenten las mismas viejas sierras antivitaminicas disfrazadas de sensacionales noticias de última hora. Y aquí están:

Leyenda número uno: "¡Los suplementos no están regulados!"

No es verdad. De hecho, los suplementos están regulados. (Honestamente, ahora: ¿puede pensar en algo en esta nación que el gobierno no regule?) Específicamente, en el propio sitio web de la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU.:

"La FDA regula tanto los suplementos dietéticos terminados como los ingredientes dietéticos". <http://www.fda.gov/Food/DietarySupplements/>

Leyenda número dos: "¡Los suplementos no han sido probados ni probados! ¡Llegan al mercado sin haber sido probados y sin pruebas de seguridad y eficacia!"

La FDA declara, nuevamente en su propio sitio web:

"Los fabricantes y distribuidores de suplementos dietéticos e ingredientes dietéticos tienen prohibido comercializar productos adulterados o mal etiquetados. Eso significa que estas empresas son responsables de evaluar la seguridad y el etiquetado de sus productos antes de comercializarlos ... La FDA es responsable de tomar medidas contra cualquier producto de suplemento dietético adulterado o mal etiquetado una vez que llega al mercado".

Leyenda número tres: "¡Con los productos farmacéuticos, es diferente! ¡La FDA prueba minuciosamente los medicamentos antes de comercializarlos!"

Las pruebas de drogas las realizan las compañías farmacéuticas, no la FDA. La FDA revisa el papeleo, no los pacientes. La FDA confía en que la industria farmacéutica presente la verdad. La cantidad de sentencias en juicios civiles y las enormes multas penales impuestas a los fabricantes de medicamentos por fraude cuenta la historia real. Pruebe una búsqueda en Internet de "fraude de empresas farmacéuticas" y compruébelo usted mismo. Incluso Forbes se ha sonrojado por esto. <http://www.forbes.com/sites/erikakelton/2013/07/29/is-big-pharma->

[addicted-to-fraud/#2715e4857a0b5599e8485fac](#) Las muertes por un medicamento farmacéutico eventualmente dan como resultado que la FDA retire ese medicamento del mercado **después de La FDA ya lo aprobó, basándose en lo que les dijeron las compañías farmacéuticas.**

Y hablando de muertes, se te ofrecerá el siempre popular

Leyenda número cuatro: "¡Los suplementos son peligrosos, incluso mortales!"

La verdad es que **no hubo muertes por ningún suplemento en 2014**, el año más reciente para el que se analizaron datos nacionales. Para leer el informe completo: <http://dx.doi.org/10.3109/15563650.2015.1102927> Si desea nuestros resúmenes: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v12n01.shtml> y <http://orthomolecular.org/resources/omns/v12n02.shtml>

Dado que la mejor defensa es una buena ofensiva, hay razones para creer que los intereses de la industria farmacéutica están bien atendidos lanzando calumnias en cualquier lugar menos en sí mismos. Y una industria competidora es un buen objetivo. Espero que las grandes farmacéuticas hayan hecho grandes promesas con PBS. El documental *Frontline* parece ser tanto un infomercial para ellos como una vergüenza para los partidarios de la televisión pública.

Los informes negativos anteriores de PBS sobre suplementos han incluido esta joya involuntariamente humorística, <http://www.pbs.org/newshour/rundown/thing-much-vitamins/>, donde se expresa alarma de que una bebida vitamínica popular "incluye el 120 por ciento de la recomendada cantidad de vitamina C, B6 y B12".

Y no, no lo tengo en PBS. He sido un participante invitado destacado en una campaña de donación al aire para una importante estación de PBS. La correspondencia de Fred Rogers conmigo ocupa un lugar de honor en mi oficina. Me gusta la radiodifusión pública. Sin embargo, tengo un problema con el sufrimiento innecesario. Advertir a las personas de los mismos nutrientes que tanto necesitan garantiza mucho sufrimiento innecesario para muchas personas.

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 2

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 12 de enero de 2016

No hay muertes por suplementos. Sin muertes por minerales. Sin muertes por aminoácidos. No hay muertes por hierbas.

por Andrew W. Saul, Editor

(OMNS, 12 de enero de 2016) No solo no hay muertes por vitaminas, también hay **cero muertes por cualquier suplemento**. La información más reciente (2014) recopilada por el Sistema Nacional de Datos de Envenenamientos de EE. UU. Y publicada en la revista *Clinical Toxicology* (1), **no muestra muertes de ningún tipo** por los suplementos dietéticos en todos los ámbitos.

Sin muertes por minerales

Hubo cero muertes por cualquier suplemento mineral dietético. Esto significa que no hubo muertes por calcio, magnesio, cromo, zinc, plata coloidal, selenio, hierro o suplementos multiminerales. En la categoría "Electrolitos y minerales" se informó una fatalidad por el uso médico de "Sodio y sales de sodio" y otra fatalidad por el hierro no suplementario, que fue clara y específicamente excluida de la categoría de suplementos.

Sin muertes por ningún otro suplemento nutricional

Además, hubo cero muertes por cualquier aminoácido o producto a base de hierbas de un solo ingrediente. Esto significa que no hay muertes en absoluto por cohosh azul, equinácea, ginkgo biloba, ginseng, kava kava, hierba de San Juan, valeriana, yohimbe, medicinas asiáticas, medicinas ayurvédicas o cualquier otro botánico. No hubo muertes por creatina, algas verdiazules, glucosamina, condroitina o melatonina. Hubo cero muertes por cualquier remedio homeopático.

Pero en caso de duda, culpe a un suplemento. Cualquier suplemento.

Hubo una muerte atribuida a un "Multi-Botánico Sin Ma Huang o Citrus Aurantium". Es interesante que sabían lo que no estaba en él, pero no sabían lo que **estaba** en eso. Esto es un rumor en el mejor de los casos y alarmante en el peor. Hubo una muerte alegada de algún "Suplemento Dietético Desconocido o Agente Homeopático". Esto también indica una total falta de certeza en cuanto a lo que pudo o no estar involucrado. Se atribuyó una muerte a "Productos energéticos: Desconocido". En primer lugar, las bebidas energéticas o "productos" no son suplementos nutricionales. Pero, lo que es más importante, ¿cómo se puede basar una acusación en lo desconocido? Igualmente poco científicas son las dos muertes atribuidas a "Productos energéticos: otros". Bueno, ¿qué productos eran? Estas no son más que acusaciones vagas y sin fundamento. Afirmar la causalidad sin siquiera saber qué sustancia o ingrediente acusar es infundado.

La verdad: ningún hombre, mujer o niño murió por ningún suplemento nutricional. Período.

Si los suplementos nutricionales son supuestamente tan "peligrosos", como todavía afirman la FDA, los medios de comunicación e incluso algunos médicos, ¿ **dónde están los cuerpos** ?

Referencias:

Mowry JB, Spyker DA, Brooks DE et al. (2015) Informe anual 2014 del Sistema nacional de datos sobre intoxicaciones (NPDS) de la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos: 32 ° Informe anual, *Toxicología clínica* , 53:10, 962-1147, <http://dx.doi.org/10.3109/15563650.2015.1102927> .

El extenso artículo de texto completo también está disponible para su descarga gratuita

en https://aapcc.s3.amazonaws.com/pdfs/annual_reports/2014_AAPCC_NPDS_Annual_Report.pdf o en <http://www.aapcc.org/annual-reports/> .

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>

NRO 1

PARA SU PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular 3 de enero de 2016

**No hay muertes por vitaminas. Absolutamente ninguno.
Seguridad confirmada por la base de datos más grande de Estados Unidos**

Por Andrew W. Saul, Editor

(OMNS, 3 de enero de 2016) No **hubo muertes de ningún tipo por vitaminas** en el año 2014. El 32º informe anual de la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos muestra cero muertes por vitaminas múltiples. Y no hubo muertes de ningún tipo por vitamina A, niacina, vitamina B-6, cualquier otra vitamina B. No hubo muertes por vitamina C, vitamina D, vitamina E **ni por ninguna vitamina** .

Cero muertes por vitaminas. ¿Quiere apostar que esto nunca aparecerá en las noticias de la noche? Bueno, ¿lo has visto ahí? ¿Y por qué no?

Después de todo, más de la mitad de la población de EE. UU. Toma suplementos nutricionales diarios. Si cada una de esas personas tomara solo una tableta diaria, eso equivale aproximadamente a 170,000,000 de dosis individuales por día, para un total de más de 60 mil millones de dosis al año. Dado que muchas personas toman mucho más que una sola tableta de vitaminas, el consumo real es considerablemente mayor y la seguridad de los suplementos vitamínicos es aún más notable. Abram Hoffer, MD, PhD, siempre dijo: "Nadie muere por las vitaminas". Tenía razón cuando lo dijo y todavía tiene razón hoy.

Referencias:

Mowry JB, Spyker DA, Brooks DE et al. (2015) Informe anual de 2014 del Sistema nacional de datos sobre intoxicaciones (NPDS) de la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos: 32 ° Informe anual, Toxicología clínica, 53:10, 962-1147.
<http://dx.doi.org/10.3109/15563650.2015.1102927> o descargue el pdf de forma gratuita en https://aapcc.s3.amazonaws.com/pdfs/annual_reports/2014_AAPCC_NPDS_Annual_Report.pdf
Descargue los informes anuales anteriores de la AAPCC en <http://www.aapcc.org/annual-reports/>

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>