

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 11 de agosto de 2008

Demasiadas recetas

Por Andrew W. Saul

(OMNS, 11 de agosto de 2008) La terapia con vitaminas es más segura, más eficaz.

La mitad de todos los estadounidenses consumen drogas: medicamentos recetados. Es cierto, dice Associated Press (14 de mayo de 2008): "La mitad de todos los estadounidenses asegurados toman medicamentos recetados con regularidad para problemas de salud crónicos". Eso no es nada de lo que estar orgulloso.

Entre los más recetados de todos se encuentran los medicamentos para reducir el colesterol LDL "malo". Los pacientes que toman medicamentos que intentan hacer eso están siendo maltratados. ¿Por qué? Porque la niacina (vitamina B-3) en dosis altas es igual de eficaz, mucho más barata y, lo que es más importante, mucho más segura. La niacina aumenta los niveles de HDL beneficiosos mejor que cualquier fármaco. (1) También reduce drásticamente los triglicéridos.

El New York Times está de acuerdo, diciendo: "Ya existe un refuerzo de HDL efectivo. Es la niacina, la vitamina B común. La niacina puede aumentar el HDL hasta en un 35 por ciento cuando se toma en dosis altas, generalmente alrededor de 2000 miligramos por día... y se ha demostrado que reduce los niveles séricos de triglicéridos que obstruyen las arterias hasta en un 50 por ciento". El presidente del Colegio Estadounidense de Cardiología, el Dr. Steven E. Nissen, dijo: "La niacina es realmente lo mejor. Nada más disponible es tan efectivo". (2)

De hecho, la niacina lo es. La niacina es más barata, segura y eficaz. (3) Entonces, ¿por qué se distribuyen los medicamentos para reducir el colesterol en todas partes? El profesor de medicina Dr. B. Greg Brown ofreció una respuesta: "Si usted es una compañía farmacéutica, supongo que no puede ganar dinero con una vitamina".

Una de las razones por las que los médicos y los pacientes eligen medicamentos en lugar de vitaminas es, dijo AP, "la publicidad incesante de la industria farmacéutica". De hecho, "los estadounidenses compran muchos más medicamentos por persona que cualquier otro país... El mayor aumento en el uso de medicamentos crónicos se produjo en el grupo de edad de 20 a 44 años, adultos en la flor de la vida, donde aumentó 20 por ciento durante los (últimos) seis años". Eso es un gran aumento.

Peor aún, ahora uno de cada cuatro niños y adolescentes está tomando un medicamento para enfermedades crónicas, generalmente para la depresión, el asma o el TDAH. Impulsar la terapia con medicamentos para estas afecciones

se basa principalmente en las ganancias, no en la salud. El valor de la terapia con vitaminas para cada una de estas condiciones ya está bien establecido. (4)

Es hora de que los pacientes afirmen que simplemente no van a aceptar más y más medicamentos, a precios cada vez más altos, con efectos secundarios cada vez más peligrosos. Es hora de exigir la alternativa probada pero olvidada durante mucho tiempo: un tratamiento nutricional seguro y eficaz.

Ninguna de las células de su cuerpo está hecha de un medicamento. Cuando vea anuncios que lo instan a tomar medicamentos recetados para una afección crónica, pregúntele a su médico por qué. Entonces pregunte por una alternativa nutricional. La mitad de nosotros con medicación crónica significa que es hora de decir no a las drogas.

Referencias:

(1) Alderman JD, Pasternak RC, Sacks FM, Smith HS, Monrad ES, Grossman W. Efecto de un régimen de niacina modificado y bien tolerado sobre el colesterol total sérico, el colesterol de lipoproteínas de alta densidad y la relación entre colesterol y lipoproteínas de alta densidad. *Soy J Cardiol.* 1 de octubre de 1989; 64 (12): 725-9.

(2) Mason M. *NY Times*, 23 de enero de 2007. Un antiguo remedio para el colesterol es nuevo de nuevo.

(3) <http://orthomolecular.org/resources/omns/v01n10.shtml> También vitamina E: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v01n01.shtml>

(4) Depresión: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v01n11.shtml>
Asma: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v01n08.shtml> Trastornos del comportamiento: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n07.shtml>
Resúmenes de investigación en <http://orthomolecular.org/resources/omns/index.shtml>
Acceso gratuito a artículos de revistas de texto completo revisados por pares en <http://orthomolecular.org/library/jom>