

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 31 de Julio, 2020

**C es para niños
Y mucho de eso también**

Comentario de Theo Farmer

(OMNS 31 de julio de 2020) ¿Cómo inspira a sus hijos a tomar la cantidad correcta de vitamina C varias veces al día? Al aprender esta simple verdad temprano en la vida y adoptar la "práctica del ascorbato" correcta, los niños tienen la mejor oportunidad de desarrollar su máximo potencial y vivir una vida libre de enfermedades. ¡Qué regalo tan poderoso para darle a su hijo! Pero, ¿cómo facilita que un niño adopte una práctica diaria de ascorbato por el resto de su vida? Y, ¿cuántos niños que comprenden el poder de la vitamina C se necesitan para cambiar el mundo?

Más importante ahora que nunca

El poder de alcanzar el nivel correcto de vitamina C en su cuerpo todos los días es una vieja noticia. Tiene más de 50 años, pero no es "noticia". Lo que es "noticia" en este momento es la "crisis" de COVID. Pero es una crisis exagerada para las personas que comprenden la necesidad humana de vitamina C y que toman megadosis a diario. Los médicos ortomoleculares pueden "atravesarlo". Tienen un conocimiento comprobado sobre la vitamina C: sus propios cuerpos son una prueba. Es un entendimiento que los hace inmunes al miedo a los virus.

En su libro de 1970 titulado "La vitamina C y el resfriado común", el doble premio Nobel Linus Pauling incluyó un capítulo que compara los medicamentos con la vitamina C. [\[1\]](#) Ese capítulo concluye con esta afirmación audaz: "En lugar de la advertencia: ¡MANTENGA ESTA MEDICINA FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS! llevado por los medicamentos para el resfriado, creo que deberían decir ¡MANTENGA ESTA MEDICINA FUERA DEL ALCANCE DE TODOS! USE ÁCIDO ASCÓRBICO EN LUGAR."

Ese fue un escrito con doble premio Nobel hace 50 años.

Pauling tenía la confianza de que podía cambiar el mundo. Su segundo premio Nobel fue el premio Nobel de la Paz. Se lo ganó por su papel en cambiar el mundo para mejor. Él y su esposa fueron fundamentales para lograr la prohibición de todos los ensayos de armas nucleares en la superficie. Sin embargo, la ciencia que compiló en su libro de 1970, que podría cambiar el mundo médico, está lejos de ser conocida 50 años después. De hecho, si le preguntas a cualquier persona en la calle si sabe quién era Linus Pauling, muy pocos lo saben. ¿Entonces qué pasó?

Mejor empezar temprano

Comenzando cuando tenía quizás 2 o 3 años, mis padres con frecuencia leían un libro para enseñarme que comer huevos verdes con jamón puede parecer una mala idea, pero que a veces vale la pena intentar cosas que desafíen nuestras nociones preconcebidas. Era un concepto complejo, mucho más complicado de lo que necesitaba saber sobre la vitamina C, pero esa lección me fue inculcada a través de un libro para niños, y esa lección me ha servido bien. El personaje del Dr. Seuss llamado "Sam I Am" nos enseñó a todos esta valiosa lección con las palabras: "No te gustan, así que dices. Pruébalas, pruébalas y podrás. Pruébalas y podrás, yo digo." [\[2\]](#)

Todavía conozco esa rima simple que da forma a la vida. Aplicarlo a los alimentos es una cosa. Aplicarlo a pensamientos y creencias establecidos es otro, y puede ser clave para resolver muchos problemas en la vida. Pero, ¿cómo pude haber aprendido un concepto tan complejo en la década de 1960 y, sin embargo, cuando era niño, no aprendí la verdad muy simple sobre mi necesidad de megadosis de vitamina C para mantener una salud óptima? Además, ¿cómo fue que obtuve una licenciatura universitaria en ciencias con honores en 1983 y, sin embargo, nunca supe que prácticamente todos los mamíferos, excepto los primates, producen megadosis de vitamina C internamente todo el día [\[3\]](#)?

Mi propia historia

Mi historia puede verse como el peor de los casos con respecto a esas dos preguntas. Verá, me crié en Oregón, el lugar de nacimiento de Linus Pauling, fui educado en la Universidad Estatal de Oregón, donde toda la investigación de Linus Pauling está secuestrada y reside el Instituto Linus Pauling. Entonces, la simple pregunta de por qué no sabía nada sobre el poder de la megadosis de vitamina C en la década de 1980 me lleva por algunos callejones muy oscuros.

Mi primer hijo, nacido en 1984, desarrolló un tumor cerebral a los 7 años. Mi segundo hijo, nacido en 1986, estaba completamente discapacitado con "parálisis cerebral". Esas décadas fueron un borrón de confusión y un despertar estremecedor sobre nuestro mundo. Sin entender la vitamina C, estaba aprendiendo muchas verdades oscuras sobre la industria del cáncer, el gobierno, la industria farmacéutica, la industria de seguros, la industria agrícola y la industria alimentaria.

El mundo que Linus Pauling había intentado cambiar en 1970 resultó ser un mundo muy oscuro para mí para criar a mi familia, y no entender la vitamina C agravó mi situación. Donde Pauling había logrado detener las pruebas nucleares sobre el suelo, finalmente había fracasado en enseñar en masa, incluso a los humanos más educados, sobre su necesidad diaria de dosis frecuentes de vitamina C. Así que aquí estamos, 50 años después, con un falso La crisis llamada COVID ahora domina la vida de todos..

Alrededor de 2003 o 2004, los enlaces en Internet me ayudaron a encontrar artículos del Dr. Robert Cathcart y el Dr. Frederick Klenner y otros pioneros de la vitamina C en el sitio web doctoryourself.com. [\[4,5\]](#) Comencé a estudiar la vitamina C, experimentando conmigo mismo y, con su permiso, con mi esposa y su caballo. Aprendí sobre mi tolerancia intestinal al ácido ascórbico y todos los increíbles beneficios para mí, mi esposa y su caballo. Los dramáticos resultados experimentados por mi esposa y yo (y más tarde nuestros nietos bebés con vitamina C) comprendieron un despertar brillante y rudo.

Pensamiento tribal

Desarrollé un entusiasmo extremo por estas "verdades recién descubiertas", solo para enfrentar otro rudo despertar: lo que era una verdad simple que me cambió la vida se topó con una dinámica poderosa que ahora entiendo como "pensamiento tribal" en las otras personas con las que hablé. a. Se podría convencer a algunos adultos y jóvenes, pero el resultado final del pensamiento tribal es que la mayoría de los adultos se resisten invariablemente a la verdad sobre la vitamina C.

Resulta que los humanos, a pesar de la lección de huevos verdes del Dr. Seuss para cuestionar nuestras ideas preconcebidas, son en su mayoría pensadores tribales una vez que se convierten en adultos. Pocos adultos están dispuestos a descartar patrones establecidos de pensamiento y vida. Nuestros cuerpos y mentes adultos son máquinas de adicción, programadas para repetir viejos patrones a diario. Los pensadores tribales, la mayoría de los humanos, se sienten amenazados cuando les traes la verdad que puede destrozar su visión del mundo, y sus cerebros literalmente ignoran tu mensaje. Me imagino que todos los practicantes ortomoleculares han experimentado las consecuencias del pensamiento tribal en algún nivel cuando han intentado hablar con amigos adultos, familiares y conocidos sobre la megadosis de vitamina C. La mente adulta, solidificada en el pensamiento y las prácticas tribales, generalmente no es receptiva a la información. La verdad sobre la vitamina C es demasiado simple y, de ser cierta, rompería su visión del mundo, por lo que se descarta consciente o inconscientemente. Simplemente no está permitido. Poderosas fuerzas impulsadas por las ganancias se oponen a ella.

Comprender la dosis alta de C

Si echa un vistazo ligeramente diferente a la brillante investigación clínica del Dr. Cathcart descrita en su artículo de 1981 "titulación hasta la tolerancia intestinal", [\[3\]](#) puede encontrar dos conclusiones muy claras, pero no escritas:

1. No se necesita la industria de los laxantes (solo se necesita la megadosis de vitamina C).
2. Si no toma suficiente vitamina C cuando está enfermo, no pasa nada.

La primera conclusión puede dilucidar la motivación detrás de las fuerzas del lucro. La industria de los laxantes de venta libre en los EE. UU. Supera los mil

millones de dólares en ingresos cada año. [6] La enorme inmensidad (sin juego de palabras) de ese número (sin incluir el resto del mundo y los laxantes recetados) habla de las titánicas fuerzas impulsadas por las ganancias que amenaza la vitamina C. Sin embargo, la pérdida potencial de ingresos por parte de la industria de la caca es solo un punto tangencial.

La segunda conclusión es simple y más importante para las fuerzas del lucro: la vitamina C es fácil de marginar: simplemente convenza a las personas de que tomen menos en un día en particular que la cantidad efectiva.

El trabajo de Cathcart nos muestra que al tomar **suficiente** vitamina C podemos aliviar los síntomas de la enfermedad y optimizar la salud. Al mismo tiempo, nos muestra que si no tomamos lo suficiente, no pasa nada dramático. La razón de esto es que nuestros cuerpos usan la vitamina C en diferentes proporciones dependiendo del nivel de estrés experimentado. Cuando el nivel de vitamina C en el cuerpo baja, nuestros cuerpos se inflaman por completo y somos susceptibles a las infecciones. Para los días normales con un estrés leve, los adultos pueden necesitar solo de 2000 a 6000 mg por día en dosis divididas. Los niños necesitarán menos, un total de ~ 1,000 mg por día por año de edad, también tomados en dosis divididas. Pero cuando estamos estresados, por ejemplo, recuperándonos de una cirugía, o cuando estamos infectados con un virus, es posible que necesitemos 10 veces esa cantidad: 1,000 mg por hora o más. [7]

Ataques a la vitamina C

Si quieres estar en el club de los fines de lucro, entonces le dices a la gente falsedades como "el ascorbato es solo una vitamina", "toma más de 500 mg de vitamina C y simplemente orinas; orina cara", "ascórbico el ácido es sintético y no es lo mismo que la vitamina C de los alimentos integrales", "la vitamina C produce cálculos renales", "la vitamina C provoca un aborto espontáneo", "la vitamina C agota otras vitaminas y minerales". Y, por supuesto, existe la afirmación del gobierno de que los humanos estarán bien si toman 90 mg de vitamina C por día.

Todos esos, y otros mitos y mentiras, apoyan el status quo que Linus Pauling estaba amenazando con su pequeño libro de 1970. Los mitos son muy efectivos, si no reconfortantes, para el pensador tribal que no quiere considerar que los mensajes de los medios de comunicación confiables de la tribu, el gobierno y la industria pueden ser propaganda. Entender completamente la verdad finalmente destruiría su lugar en la tribu, y han invertido mucho en ser miembros buenos y cómodos de la tribu elegida. Por lo tanto, el cerebro de un adulto, por lo general, pero no siempre, tiene la capacidad de bloquear cualquier información que amenace su estilo de vida en la tribu elegida.

Los niños necesitan ser enseñados cuidadosamente

La mente del niño es diferente. Acaban de llegar aquí y todavía están aprendiendo a qué tribu pertenecen. Su visión del mundo se está formando y son receptivos a

todo tipo de lecciones, incluidas las lecciones del Dr. Seuss sobre cuestionar nociones preconcebidas.

A menudo me he preguntado cómo habría sido diferente mi vida, cómo habría sido diferente el mundo, si "Green Eggs and Ham" del Dr. Seuss [2] hubiera compartido espacio en mi estantería con un libro infantil igualmente colorido escrito en un forma entretenida por el Dr. Pauling [1] o Dr. Stone [8] o Dr. Klenner [5] o Dr. Cathcart. [4] Me habría enseñado sobre mi necesidad, la necesidad de mi futura esposa embarazada y la necesidad de mis hijos de la ingesta diaria de megadosis vitamina C. Puedo verme a mí mismo como un niño, sentado al lado de mi mamá, haciendo que lea las páginas, y luego saltar y correr para tomar mi próxima dosis de vitamina C con entusiasmo. Puedo imaginar una vida realmente buena para un niño al que se le ha perforado esa información desde el principio.

La lección "tome suficiente vitamina C para estar libre de síntomas, sea cual sea esa cantidad", afirma a menudo nuestro Editor en Jefe, es un material de libro para niños fácil. Y, el hecho es que si un niño comienza como un bebé con vitamina C (según Klenner), se suplementa como un bebé con frecuencia todos los días y luego aprende a tomar gramos de vitamina C varias veces al día, todos los días y mucho más cuando están enfermos, crecen con el potencial de crear un mundo muy diferente al mundo en el que vivimos ahora. Irwin Stone los llamó "homo-sapiens ascorbicus, un mutante humano robusto" [7] y esa es exactamente la tribu mutante que tiene el poder de cambiar las cosas.

Una lección simple, presentada correctamente a nuestros hijos, mientras sus mentes están receptivas a ser parte de la tribu ortomolecular que comenzó Pauling, puede ser justo lo que se necesita para hacer del mundo un lugar mucho mejor dentro de 50 años.

(Theo Farmer opera Helios Farms en Oregon, una cooperativa agrícola que emplea ciencia ortomolecular para su ganado. Es autor de Buttercup, Me and Vitamin C, un libro infantil ortomolecular que está disponible como descarga gratuita en pdf en <http://www.hfpma.online/shop>.)

Referencias

1. Pauling L (1976) Vitamin C, the Common Cold, and the Flu. Berkley Pub. ISBN-13: 978-0425048535
2. Seuss D (1960) Green Eggs and Ham. Beginner Books/Random House. ISBN-13: 978-0394800165.

3. Wendell O. Belfield, D.V.M. and Irwin Stone, P.C.A. Megascorbic Prophylaxis and Megascorbic Therapy: A New Orthomolecular Modality in Veterinary Medicine. J International Acad Preventive Medicine. 2:10-26. https://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/197x/belfield-w-j_int_assn_prev_med-1978-v2-n3-p10.htm
4. Cathcart RF (1981) Vitamin C, titrating to bowel tolerance, anascorbemia, and acute induced scurvy. Medical Hypotheses, 7:1359-1376. <http://www.doctoryourself.com/titration.html>
5. Klenner FR (1971) Observations On the Dose and Administration of Ascorbic Acid When Employed Beyond the Range Of A Vitamin In Human Pathology. J Applied Nutrition 23:3,4. <http://doctoryourself.com/klennerpaper.html>.
6. Statista (2020) Laxatives OTC revenue in the United States from 2016 to 2019. <https://www.statista.com/statistics/506583/otc-revenue-of-laxatives-in-the-us>
7. Klenner, FR. A Therapeutic Level of Vitamin C Supplementation as Employed by F .R. Klenner, M.D. From "The Significance of High Daily Intake of Ascorbic Acid in Preventive Medicine," p. 51-59, Physician's Handbook on Orthomolecular Medicine, Third Edition, Roger Williams, PhD, ed. http://doctoryourself.com/klenner_table.html
8. Saul AW. Irwin Stone: Orthomolecular Innovator and Educator. <http://www.doctoryourself.com/stone.html>.