

PARA DIVULGACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 31 de julio de 2025

🔍 **La advertencia de Thomas Sowell y la crisis de los expertos médicos**
Por qué falla la medicina moderna y cómo *la medicina ortomolecular* lo hace bien

Por Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D.

◆ Aspectos destacados clave

- ✅ El "consenso de expertos" médicos ha fallado repetidamente en la salud pública: la crítica de Sowell a los intelectuales desconectados explica por qué
- ✅ Las pautas de arriba hacia abajo a menudo priorizan la teoría y las credenciales sobre los resultados clínicos del mundo real
- ✅ *La medicina ortomolecular* ofrece una alternativa centrada en el paciente: arraigada en la biología, la experiencia y la curación basada en nutrientes
- ✅ Las enfermedades crónicas como la diabetes, la ASCVD y el cáncer responden mejor a la corrección metabólica que a la búsqueda de marcadores sustitutos
- ✅ Para arreglar la atención médica, debemos pasar del credencialismo a la responsabilidad individual y la realidad biológica.

✍ Nota del editor

Este artículo utiliza el marco del economista Thomas Sowell para examinar las fallas sistémicas de la medicina moderna. Si bien no es un estudio clínico, presenta un argumento filosófico para volver a la atención basada en nutrientes y causa raíz.

"La primera lección de la economía es la escasez: nunca hay suficiente de nada para satisfacer a todos los que lo desean. La primera lección de la política es ignorar la primera lección de la economía". - Tomás Sowell

Thomas Sowell, uno de los pensadores más incisivos de nuestro tiempo, advirtió repetidamente sobre los peligros de los intelectuales separados de las consecuencias del mundo real. Aunque rara vez abordó la medicina directamente, sus ideas son sorprendentemente aplicables a la crisis de atención médica actual, un sistema dominado por élites académicas, pautas rígidas y autoridad centralizada, mientras que la sabiduría práctica centrada en el paciente se deja de lado.

En ninguna parte esta extralimitación intelectual es más dañina que en la medicina moderna.

🎓 La ilusión de la experiencia

La medicina convencional eleva las credenciales por encima de las certificaciones de la junta de resultados, los ECA y las pautas del comité se convierten en sustitutos de la competencia. Pero como señaló Sowell, **las credenciales no garantizan la rendición**

de cuentas, especialmente cuando quienes elaboran políticas de salud pública nunca sufren sus fallas.

Un ejemplo de libro de texto: la guerra contra las grasas saturadas y el colesterol. Durante décadas, las pautas dietéticas promovieron dietas bajas en grasas y altas en carbohidratos basadas en interpretaciones defectuosas de datos limitados. ¿El resultado? Un aumento global de carbohidratos refinados, disfunción metabólica y obesidad, todo bajo la aprobación de expertos.

Sowell preguntaba: *¿Quién pagó el precio?* No los expertos. Los pacientes lo hicieron.

⚠ Sin piel en el juego

Una de las advertencias centrales de Sowell: cuando los intelectuales están protegidos de las consecuencias, sus errores se multiplican. Las pautas médicas a menudo se implementan sin ninguna responsabilidad directa de quienes las crearon.

Tome estatinas: a pesar del beneficio limitado en la prevención primaria, se recetan agresivamente. El dolor muscular, los efectos secundarios cognitivos y la resistencia a la insulina se descartan o minimizan de forma rutinaria. ¿Y cuando ocurre el daño? Culpe al paciente: "incumplimiento", no al protocolo.

🧠 Modelos vs. Realidad

Sowell advirtió contra el hábito de los intelectuales de reemplazar la realidad desordenada con modelos teóricos limpios. En medicina, esto toma la forma de **marcadores sustitutos** (LDL, HbA1c, IMC) en lugar del bienestar del paciente o la función metabólica.

Considere la diabetes tipo 2: se trata como un problema de control de la glucosa, con medicamentos diseñados para reducir el azúcar en la sangre. Pero **la resistencia a la insulina, impulsada por una dieta deficiente, inflamación, toxinas y agotamiento de nutrientes, es la verdadera causa principal.**

La medicina ortomolecular cambia el guión. Se enfoca en restaurar la salud celular a través **de la repleción de nutrientes, la desintoxicación, el equilibrio hormonal y la reparación metabólica**, intervenciones de causa raíz que tratan a los pacientes, no a los números.

📋 Pautas vs. sentido común

Los médicos y pacientes de primera línea a menudo descubren terapias efectivas mucho antes de que las pautas se pongan al día:

- Dietas cetogénicas para revertir la diabetes([1-5](#))
- Vitamina C previene o reduce las infecciones virales([6-9](#))
- Vitamina D previene o reduce las infecciones virales([10-12](#))
- Magnesio para aliviar la hipertensión([13,14](#))

Pero en el marco de Sowell, estos se etiquetan *como "anecdóticos"*. Los guardianes institucionales descartan lo que no pasa a través de sus modelos estrechamente definidos, incluso cuando la evidencia del mundo real es clara.

Esta **arrogancia intelectual** silencia siglos de sabiduría práctica, incluidas las ideas de las culturas tradicionales, las prácticas holísticas y la experimentación individual.

Planificación central y atención única para todos

Sowell se opuso ferozmente a la planificación centralizada de sistemas complejos, y la medicina moderna se ajusta a ese molde. Los "estándares de atención" ahora son dictados por paneles burocráticos, no por sabiduría de cabecera. Ya sea:

- Mandatos de vacunación contra el COVID-19
- Prescripciones generales de estatinas
- Protocolos estandarizados contra el cáncer

... **La toma de decisiones se ha vuelto de arriba hacia abajo**, indiferente a la diversidad de la biología y las circunstancias del paciente.

Por el contrario, **la medicina ortomolecular está intrínsecamente descentralizada**. Honra la individualidad biológica, potencia la autoexperimentación y promueve terapias seguras, asequibles y basadas en la ciencia fisiológica.

Restaurando la sabiduría en medicina

La sabiduría de Thomas Sowell insta a un alejamiento radical de la arrogancia institucional y de vuelta a la responsabilidad personal, la realidad biológica y el sentido común.

La medicina ortomolecular encarna este cambio. No es "medicina alternativa", es medicina correctiva. Busca:

- **Responsabilidad sobre la autoridad**
- **Sabiduría sobre credenciales**
- **Atención individualizada sobre mandatos centrales**
- **Curación de la causa raíz sobre el control de síntomas**

Palabra final: Desafiar a los expertos

Para arreglar la medicina moderna, debemos hacer exactamente lo que Sowell instó en todos los campos:

- **Cuestionar las narrativas centralizadas**
- **Valorar los resultados vividos por encima de la teoría académica**
- **Regreso a la atención racional basada en nutrientes**

El futuro de la salud no se decidirá en torres de marfil. Será recuperado en clínicas, cocinas y comunidades, por aquellos que elijan pensar de forma independiente y sanar biológicamente.

Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D. - *Editor en jefe, Servicio de noticias de medicina ortomolecular*

El Dr. Cheng es un médico capacitado y certificado por la junta de EE. UU. que ejerce en los EE. UU. y China. Se especializa en nutrición integrativa y *clínica en* nutrición baja en carbohidratos, terapia con vitaminas en dosis altas, antienvjecimiento y medicina funcional. El Dr. Cheng también se desempeña internacionalmente como educador médico, consultor de salud y defensor de la reforma de la atención médica basada en la nutrición.

Referencias:

1. Poplawski MM, Mastaitis JW, Isoda F, Grosjean F, Zheng F, Mobbs CV. Reversión de la nefropatía diabética mediante una dieta cetogénica. PLoS Uno. 20 de abril de 2011; 6 (4): e18604.
2. Yuan X, Wang J, Yang S, Gao M, Cao L, Li X, et al. Efecto de la dieta cetogénica sobre el control glucémico, la resistencia a la insulina y el metabolismo de los lípidos en pacientes con DM2: una revisión sistemática y metanálisis. Nutr Diabetes. 30 de noviembre de 2020; 10(1):38.
3. Saslow L. Evidencia de ensayos clínicos para la remisión y reversión de la diabetes tipo 2 a través de enfoques dietéticos [Internet]. 22 de febrero de 2024; Curso del legado de Hallberg. Educación médica de Tarso. Obtenido del portal CME de la Universidad de Michigan. Disponible en: https://cme.tarsusmedicaleducation.com/sites/default/files/course/2024-10/04_Saslow%20Hallberg%20Type%20%20Reversal%20Talk%2002-22-24.pdf?utm_source=chatgpt.com
4. Versha, Jangra Y, Sharma L, Meher A, Tare H. El papel de la dieta cetogénica en el manejo de la diabetes y superar su efecto: una revisión. IJPQA. 25 de marzo de 2023; 14(01):220-5.
5. Yancy WS, Foy M, Chalecki AM, Vernon MC, Westman EC. Una dieta cetogénica baja en carbohidratos para tratar la diabetes tipo 2. Nutr Metab (Londres). 1 de diciembre de 2005;2:34.
6. Reinicie su intestino: optimización de la salud y prevención de enfermedades infecciosas [Internet]. [citado el 18 de julio de 2025]. Disponible en: https://orthomolecular.org/resources/omns/v15n16.shtml?utm_source=chatgpt.com
7. Cheng RZ. ¿Puede la dosis intravenosa temprana y alta de vitamina C prevenir y tratar la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19)? Medicamento Medico Discov. Marzo de 2020;5:100028.
8. Hemilä H, Chalker E. La vitamina C reduce la gravedad de los resfriados comunes: un metaanálisis. Salud Pública de BMC. 11 de diciembre de 2023; 23(1):2468.
9. Abioye AI, Bromage S, Fawzi W. Efecto de los suplementos de micronutrientes sobre la influenza y otras infecciones del tracto respiratorio entre adultos: una revisión sistemática y metanálisis. BMJ Glob Health [Internet]. 19 de enero de 2021 [citado 18 de julio de 2025]; 6(1). Disponible en: <https://gh.bmj.com/content/6/1/e003176>
10. Grant WB, Wimalawansa SJ, Pludowski P, Cheng RZ. Vitamina D: beneficios para la salud basados en la evidencia y recomendaciones para las pautas de población. Nutrientes. Enero de 2025; 17(2):277.
11. Bergman P, Lindh AU, Björkhem-Bergman L, Lindh JD. Vitamina D e infecciones del tracto respiratorio: una revisión sistemática y metanálisis de ensayos controlados aleatorios. PLoS Uno. 2013; 8(6):e65835.

12. Wang CH, Porta L, Yang TK, Wang YH, Wu TH, Qian F, et al. Métodos óptimos de suplementación con vitamina D para prevenir infecciones respiratorias agudas: una revisión sistemática, dosis-respuesta y metanálisis por pares de ensayos controlados aleatorizados. *Revista de nutrición*. 14 de agosto de 2024; 23(1):92.
13. Behers BJ, Behers BM, Stephenson-Moe CA, Vargas IA, Meng Z, Thompson AJ, et al. Suplementación con magnesio y potasio para la reducción de la presión arterial sistólica en la población normotensa general: una revisión sistemática y un metanálisis de subgrupos para la dosis óptima y la duración del tratamiento. *Nutrientes*. Enero de 2024; 16(21):3617.
14. Zhang X, Li Y, Del Gobbo LC, Rosanoff A, Wang J, Zhang W, et al. Efectos de la suplementación con magnesio sobre la presión arterial: un metanálisis de ensayos aleatorizados doble ciego controlados con placebo. *Hipertensión*. Agosto de 2016; 68(2):324-33.