

## PARA DIVULGACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 2 de agosto de 2025

### Las vacunas no son salud pública: un mensaje abierto a RFK Jr.

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

Editor en jefe, Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular

#### Nota editorial

Con el reciente nombramiento de Robert F. Kennedy Jr. como Secretario de Salud y Servicios Humanos, surge una oportunidad histórica para redefinir las políticas de salud pública. En este mensaje abierto, el editor jefe de OMNS, el Dr. Richard Z. Cheng, insta al Secretario Kennedy a superar el paradigma centrado en las vacunas y adoptar un **enfoque basado en el terreno**, basado en la resiliencia inmunitaria, la suficiencia nutricional, la desintoxicación y la salud metabólica. En la medicina integrativa y ortomolecular, el "terreno" se refiere al entorno bioquímico interno del cuerpo: su estado nutricional, equilibrio redox, función metabólica y preparación inmunitaria. Fortalecer este terreno es la base de una salud duradera y sin fármacos.

#### 🔑 Puntos clave de un vistazo

- **El debate sobre las vacunas es una trampa estratégica** que mantiene a los reformistas atrapados en un campo de batalla estrecho, definido por la industria farmacéutica. Como advierte Sun Tzu: *«Ganar sin luchar es lo mejor. Evita lo fuerte. Ataca lo débil».*
- 🖋️ Las **políticas centradas en las vacunas son inherentemente reactivas**: siempre irán por detrás de los patógenos emergentes.
- 🌿 Las **estrategias basadas en el terreno**, arraigadas en la bioquímica natural, son proactivas y ofrecen protección universal, no específica e inmediata a través de una inmunidad innata optimizada.
- 🧴 La **suficiencia nutricional, la desintoxicación y la salud metabólica** son las verdaderas bases de la resiliencia inmunológica.
- **La defensa de la seguridad de las vacunas por sí sola no es suficiente**: nos mantiene estancados dentro del paradigma farmacéutico.
- 📦 **Las vacunas son una herramienta, no toda la caja de herramientas** de la salud pública.
- 🦠 **La COVID-19 reveló el fracaso de un modelo reactivo** y la supresión de terapias ortomoleculares seguras y efectivas.
- **Llamado al Secretario Kennedy**: Salga del campo de batalla de la industria farmacéutica. Lleve a la población hacia una salud más resiliente y basada **en el terreno**.

#### Un momento crucial para la salud pública

El nombramiento de Robert F. Kennedy Jr. como Secretario de Salud y Servicios Humanos (HHS) representa una oportunidad única e histórica para transformar la salud pública estadounidense y mundial. Durante décadas, Kennedy ha defendido la seguridad de las vacunas, ha expuesto la corrupción regulatoria y ha abogado por la libertad médica.

Como médico clínico y defensor desde hace mucho tiempo de la medicina ortomolecular y nutricional, aplaudo su valentía. Pero ahora, al frente del sistema que una vez criticó, el desafío —y la oportunidad— son mucho mayores.

**El enfoque debe cambiar.**

El debate sobre la seguridad de las vacunas no es suficiente. Las vacunas nunca fueron la base de la salud pública y no deberían convertirse en su futuro.

### **La trampa: el pensamiento centrado en las vacunas**

El modelo actual es estrecho, reactivo y depende de un flujo infinito de productos específicos para cada patógeno. No fomenta la salud ni aborda la cuestión fundamental:

#### **¿Por qué las personas son tan vulnerables a las infecciones en primer lugar?**

Al mantenerse dentro del marco de la "vacuna segura", incluso los reformistas corren el riesgo de reforzar la idea errónea de que la salud se obtiene con una jeringa. Eso no es prevención. Eso es dependencia.

*"Quien sabe cuándo puede luchar y cuándo no, saldrá victorioso." - Sun Tzu*

Es hora de luchar donde somos más fuertes: **en el terreno de la salud verdadera y duradera**.

### **La verdadera base de la inmunidad: el enfoque del terreno**

La inmunidad no se construye en un laboratorio, sino desde dentro. **En la medicina basada en el terreno, el terreno se refiere al entorno bioquímico interno del cuerpo: su estado nutricional, capacidad de desintoxicación, función mitocondrial, equilibrio redox y preparación inmunitaria.** Cuando este terreno es fuerte, rara vez se afianzan las infecciones. Cuando se ve comprometido, incluso patógenos menores pueden desencadenar enfermedades graves.

Los componentes clave incluyen:

- **Suficiencia de micronutrientes** : Las deficiencias de vitamina D, vitamina C, zinc, selenio y magnesio son generalizadas y perjudican directamente la defensa inmunológica ([1-10](#)) .
- **Dieta baja en carbohidratos y antiinflamatoria**: Los alimentos ultraprocesados ricos en carbohidratos alteran el equilibrio metabólico y promueven la inflamación. Una dieta rica en nutrientes y baja en carbohidratos ayuda a restaurar la sensibilidad a la insulina y la regulación inmunitaria ([11-16](#)) .
- **Desintoxicación** : Los metales pesados, los pesticidas y los disruptores endocrinos debilitan la función mitocondrial e inmunitaria. Es fundamental apoyar la desintoxicación y reducir la carga tóxica ([17-20](#)) .
- **Optimización del estilo de vida** : el sueño, el manejo del estrés, el ritmo circadiano y la actividad física influyen profundamente en la inmunidad ([21](#)) .
- **Terapia ortomolecular** : Las vitaminas C y D en dosis altas, entre otras, se han utilizado con éxito para tratar una amplia gama de infecciones, incluida la neumonía viral ([5](#) , [22,23](#)) .

## **Las vacunas como una herramienta, no como la caja de herramientas completa**

Las vacunas tienen un lugar, pero nunca deben ser la **estrategia completa**. Su naturaleza específica del patógeno y dependiente del tiempo de retardo las hace fundamentalmente limitadas.

Por el contrario, **las intervenciones basadas en el terreno**, fundamentadas en la bioquímica natural, son universalmente protectoras, no requieren espera y conllevan un riesgo mínimo.

La verdadera pregunta debería ser:

**¿Puede el cuerpo humano recuperarse de forma natural si se le brinda el apoyo adecuado?**

En la mayoría de los casos, la respuesta es sí.

## **El fracaso de la política reaccionaria**

Las vacunas son inherentemente **reactivas**. Su desarrollo, pruebas e implementación requieren tiempo, a menudo demasiado. La COVID-19 lo demostró.

*"La velocidad es la esencia de la guerra." - Sun Tzu*

Para cuando las vacunas estuvieron ampliamente disponibles, el virus ya había mutado y se había propagado. Mientras tanto, quienes tenían una inmunidad innata fuerte —en particular, altos niveles de vitamina D y buena salud metabólica— tuvieron un pronóstico mucho mejor ([10](#), [24](#)).

Sin embargo, la salud pública ignoró el terreno y censuró a los médicos que usaban vitamina C, D y zinc. ¿El resultado? **Muertes evitables.**

## **COVID-19 debería haber sido una llamada de atención**

Desde los primeros datos, estaba claro:

La disfunción metabólica, los niveles bajos de vitamina D y la inflamación crónica fueron factores de riesgo clave ([8](#), [9](#), [25](#)).

Sin embargo, los gobiernos impulsaron el uso de mascarillas, confinamientos y vacunas experimentales, al tiempo que suprimieron la medicina ortomolecular.

Muchos médicos, incluido yo mismo, publicamos alertas tempranas pidiendo intervenciones ortomoleculares, solo para enfrentarnos a la censura y la intimidación a pesar de las intenciones basadas en la evidencia ([7](#), [26](#), [27](#)).

Estas terapias eran, y siguen siendo, seguras, eficaces y escalables. El fracaso en su implementación no fue solo un descuido. Fue **una negligencia de salud pública**.

## Un llamado al Secretario Kennedy y al HHS

Señor Kennedy, su nombramiento no es sólo simbólico: es estratégico.

### No se limite a vacunas más seguras. Fortalezca la población.

Por favor considere estas acciones:

1. **Integrar terapias nutricionales y metabólicas** en las políticas de enfermedades infecciosas.
2. **Lanzar campañas nacionales** para corregir las deficiencias generalizadas de vitamina D y micronutrientes.
3. **Financiar ensayos clínicos** que comparen estrategias basadas en vacunas frente a estrategias basadas en el terreno.
4. **Educar al público** en alfabetización inmunológica, no en dependencia farmacéutica.

### Conclusión: Reconstruir la salud desde adentro hacia afuera

Señor Kennedy, usted tiene el coraje, la credibilidad y ahora el cargo para liderar una verdadera revolución en la salud pública.

- No te limites a arreglar sistemas rotos. Construye uno nuevo.
- No solo hagamos que las vacunas sean más seguras. Fortalezcamos a las personas.
- No solo ganes debates. Gana el futuro.

*"La mayor victoria es la que no requiere batalla." - Sun Tzu*

Esto no es sólo una mejor estrategia-

**Es el futuro de la salud.**

### Acerca del autor

**Richard Z. Cheng, MD, Ph.D.** - Editor jefe, Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular

El Dr. Cheng es un médico certificado por el NIH, radicado en EE. UU., especializado en terapia oncológica integral, medicina ortomolecular y medicina antienvjecimiento. Ejerce activamente tanto en Estados Unidos como en China.

El Dr. Cheng, miembro de la Academia Estadounidense de Medicina Antienvjecimiento e incluido en el Salón de la Fama de la Sociedad Internacional de Medicina Ortomolecular, es un destacado defensor de las estrategias de salud basadas en la nutrición y en las causas fundamentales.

Se desempeña como revisor experto para la Junta de Examinadores Médicos de Carolina del Sur y es cofundador de la Alianza China de Medicina Baja en Carbohidratos y de la Sociedad de Oncología Metabólica Internacional.

 Sigue sus últimos avances: <https://substack.com/@rzchengmd>

## Referencias

1. Calder PC, Carr AC, Gombart AF, Eggersdorfer M. El estado nutricional óptimo para un sistema inmunitario funcional es un factor importante de protección contra infecciones virales. *Nutrients*. 23 de abril de 2020;12(4):1181.
2. Ali N. Rol de la vitamina D en la prevención de la infección por COVID-19, su progresión y gravedad. *J Infect Public Health*. Octubre de 2020;13(10):1373-80.
3. Grant WB, Baggerly CA, Lahore H. Respuesta: "Suplementación con vitamina D en infecciones por influenza y COVID-19. Comentario sobre: Evidencia de que la suplementación con vitamina D podría reducir el riesgo de infecciones y muertes por influenza y COVID-19". *Nutrients* 2020, 12(4), 988. *Nutrients*. 1 de junio de 2020; 12(6):1620.
4. Grant WB, Wimalawansa SJ, Pludowski P, Cheng RZ. Vitamina D: Beneficios para la salud basados en la evidencia y recomendaciones para las guías de población. *Nutrients*. Enero de 2025;17(2):277.
5. Carr AC, Maggini S. Vitamina C y función inmunitaria. *Nutrients*. 3 de noviembre de 2017;9(11):1211.
6. Gombart AF, Pierre A, Maggini S. Una revisión de los micronutrientes y el sistema inmunitario: trabajando en armonía para reducir el riesgo de infección. *Nutrients*. Enero de 2020;12(1):236.
7. Cheng, Richard Z. ¿Puede una dosis intravenosa alta y temprana de vitamina C prevenir y tratar la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19)? *Medicina en el Descubrimiento de Fármacos*. 1 de marzo de 2020;5:100028.
8. Brugliera L, Spina A, Castellazzi P, Cimino P, Arcuri P, Negro A, et al. Manejo nutricional de pacientes con COVID-19 en una unidad de rehabilitación. *Eur J Clin Nutr*. Junio de 2020;74(6):860-3.
9. Mitchell F. Vitamina D y COVID-19: ¿el riesgo de deficiencia conlleva un pronóstico más desfavorable? *Lancet Diabetes Endocrinol*. Julio de 2020;8(7):570.
10. Fernández-Quintela A, Milton-Laskibar I, Trepiana J, Gómez-Zorita S, Cajarabille N, Léniz A, et al. Aspectos clave en el manejo nutricional de pacientes con COVID-19. *Revista de medicina clínica*. 9(8):2589 de agosto de 2020.
11. Enfoque en los alimentos ultraprocesados: Los NIH exploran la relación entre los alimentos ultraprocesados y las enfermedades cardíacas | NHLBI, NIH [Internet]. 2025 [citado el 24 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.nhlbi.nih.gov/news/2025/spotlight-upfs-nih-explores-link-between-ultra-processed-foods-and-heart-disease>
12. Cordain L, Eaton SB, Sebastian A, Mann N, Lindeberg S, Watkins BA, et al. Orígenes y evolución de la dieta occidental: implicaciones para la salud en el siglo XXI. *Am J Clin Nutr*. Febrero de 2005;81(2):341-54.
13. Rondinella D, Raoul PC, Valeriani E, Venturini I, Cintoni M, Severino A, et al. El impacto perjudicial de los alimentos ultraprocesados en el microbioma y la barrera intestinal humanos. *Nutrients*. 28 de febrero de 2025; 17 (5): 859.
14. Tristan Asensi M, Napoletano A, Sofi F, Dinu M. Inflamación leve y consumo de alimentos ultraprocesados: una revisión. *Nutrients*. 22 de marzo de 2023;15(6):1546.
15. Lane MM, Gamage E, Du S, Ashtree DN, McGuinness AJ, Gauci S, et al. Exposición a alimentos ultraprocesados y consecuencias adversas para la salud: revisión general de metaanálisis epidemiológicos. *BMJ*. 28 de febrero de 2024;384:e077310.
16. Sawalha K, Tripathi V, Alkhatib D, Alalawi L, Mahmood A, Alexander T. Nuestro enemigo oculto: Alimentos ultraprocesados, inflamación y la batalla por la salud cardíaca. *Cureus*. Octubre de 2023;15(10):e47484.
17. Zheng K, Zeng Z, Tian Q, Huang J, Zhong Q, Huo X. Evidencia epidemiológica del efecto de la exposición ambiental a metales pesados en el sistema inmunitario infantil. *Sci Total Environ*. 10 de abril de 2023;868:161691.

18. Jomova K, Alomar SY, Nepovimova E, Kuca K, Valko M. Metales pesados: toxicidad y efectos sobre la salud humana. *Arco Toxicol.* 2025 enero;99(1):153-209.
19. Adegoke EO, Rahman MS, Park YJ, Kim YJ, Pang MG. Sustancias químicas disruptoras endocrinas y enfermedades infecciosas: De la disrupción endocrina a la inmunosupresión. *Int J Mol Sci.* 11 de abril de 2021;22(8):3939.
20. Marroqui L, Tudurí E, Alonso-Magdalena P, Quesada I, Nadal Á, Dos Santos RS. Las mitocondrias como objetivo de sustancias químicas disruptoras endocrinas: implicaciones para la diabetes tipo 2. *J Endocrinol.* 239(2):R27-45.
21. Irwin MR. ¿Por qué el sueño es importante para la salud?: una perspectiva psiconeuroinmunológica. *Annu Rev Psychol.* 3 de enero de 2015;66:143-72.
22. El gobierno de Shanghái recomienda oficialmente la vitamina C para la COVID-19 [Internet]. [Consultado el 3 de agosto de 2020]. Disponible en: <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n16.shtml>
23. Jonathan. Vitamina C en dosis altas e influenza: Informe de un caso [Internet]. ISOM. [citado el 24 de julio de 2025]. Disponible en: <https://isom.ca/article/high-dose-vitamin-c-influenza-case-report/>
24. Wimalawansa SJ. Descubriendo perspectivas: Abordando los desafíos de la COVID-19 y emulación de futuras estrategias de resiliencia ante pandemias mediante el fortalecimiento de la inmunidad natural. *Heliyon.* 15 de agosto de 2024;10(15):e34691.
25. Biesalski HK. Deficiencia de vitamina D y comorbilidades en pacientes con COVID-19: ¿Una relación fatal? *NFS J.* Agosto de 2020;20:10-21.
26. Cheng RZ. De la censura al reconocimiento: La medicina ortomolecular se generaliza [Internet]. De la censura al reconocimiento: La medicina ortomolecular se generaliza. 2025. Disponible en: <https://orthomolecular.org/resources/omns/v21n40.shtml>
27. Richard Z. Cheng. La inmunidad poblacional protegida, no una vacuna, es la clave para detener la pandemia de COVID-19. *J Clin Immunol Immunother.* 30 de junio de 2020;6(2):1-4.