

## **PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA**

**Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 1º de outubro de 2014**

### **MEDO: MOTIVADOR OU DEPRESSANTE?**

**Opinião de Ralph Campbell, MD**

(OMNS 01/10/2014) O significado da palavra “medo” mudou ao longo do tempo e com a influência do uso comum apropriado para a cultura da época. Na época do Rei George, a palavra se referia mais ao temor ou respeito devido a Deus ou a outra pessoa, mais como aquele demonstrado a um pai que exerce o conceito de "amor duro". Antes de o pensamento abstrato entrar em ação, é mais provável que uma criança responda mais rápida e positivamente à ordem do pai, que poderia prevenir um acidente, do que palavras de elogio amoroso. Alguns medos são benéficos.

E então vem o noticiário da noite. Pode ser projetado para um público "maduro" (antigo), mas é fácil identificar o fator medo. Vemos transmissões entrelaçadas de medo, preocupação, ansiedade e depressão. Observe como sulcos profundos se desenvolvem na testa do comentarista de notícias (linhas de preocupação) à medida que ele apresenta descrições de acontecimentos horríveis. Parece que os desejos do público estão sendo preenchidos com uma espécie de negatividade que dá um bom susto, muito parecido com ir em uma montanha-russa extrema e chamar isso de diversão. Os produtores de notícias parecem estar cientes disso e tentarão nos deixar com uma breve e alegre "boa notícia" no final da transmissão.

Interrupções comerciais pontuam o noticiário com anúncios farmacêuticos. A propaganda de drogas depende muito da promoção do medo. Apesar de apresentar efeitos colaterais terríveis, a motivação do medo é que "Você certamente deve temer o que vai acontecer com você se não tomar este medicamento." Não importa qual droga, e a narração silenciosa de fundo informando sobre os efeitos colaterais pode incluir "até mesmo uma fatalidade ocasional", a imagem de fundo é uma de alegria ativa com os membros da família (incluindo o cachorro da família), a fim de assegurar que a vida é boa quando tomando aquele remédio.

O medo leva à preocupação. Ouça o discurso de vendas de uma droga. Ele usa muitos poderias, mights ou pares. A doença pode acontecer; a droga pode te matar. Sim, o possível grande: a morte. No que diz respeito ao risco de efeitos colaterais de medicamentos, "morte" geralmente é precedida pela palavra "raramente". Mas a doença é apresentada como inevitável se você não tomar esse medicamento agora. Não importa que a maior parte das nossas preocupações nunca se concretize. Apenas criar preocupação completa o objetivo do discurso de vendas. A preocupação crônica leva à ansiedade. A ansiedade crônica leva à depressão. O grande medo desencadeia a síndrome de "lutar ou fugir", uma cascata de reações adaptativas que causam estragos fisiológicos se sustentados. Se realmente lutamos ou fugimos e

utilizamos a liberação de hormônio da forma pretendida, o impacto em nossa saúde seria muito menor do que apenas continuar a tremer em nossas botas enquanto assistimos TV. Mas, nesta cultura, somos programados para continuar com esse medo prejudicial. A mensagem é que *é inteligente* se preocupar.

O melhor antídoto para o medo é a educação honesta. Não devemos aceitar o conteúdo de um anúncio sem examinar os fatos. Mas falta transparência, por padrão, tornando difícil chegar à verdade oculta. Os medicamentos são aprovados pelo FDA, mas o que a maioria das pessoas sabe sobre o processo? Um discurso de vendas publicitário geralmente termina com: "Pergunte ao seu médico sobre *fulano de tal*", sugerindo que o médico provavelmente está programado para prescrever aquele medicamento. É necessária uma avaliação honesta que permita respostas às perguntas do paciente.

Todos nós precisamos ter discernimento, mas não nos beneficiamos com o medo. Lembra de Alfred E. Newman, o cara descrito como burro demais para se preocupar? Aposto que sua pressão arterial estava melhor do que a média.

*(O pediatra octogenário Ralph Campbell, MD, é um agricultor de pomar ávido e ativo na zona rural de Montana.)*

#### **Aprender mais:**

Marketing de drogas farmacêuticas para nossas crianças: Bordering on Criminal  
<http://orthomolecular.org/resources/omns/v09n11.shtml>

Confissões de um farmacêutico frustrado  
<http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n05.shtml>

Revistas de preconceitos de publicidade farmacêutica contra suplementos vitamínicos  
<http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n02.shtml>

Ensaio fraudados: estudos de drogas favorecem o fabricante  
<http://orthomolecular.org/resources/omns/v04n20.shtml>

Muitas prescrições  
<http://orthomolecular.org/resources/omns/v04n07.shtml>

#### **Medicina nutricional é medicina ortomolecular**

A medicina ortomolecular usa terapia nutricional segura e eficaz para combater doenças. Para mais informações: <http://www.orthomolecular.org>