

## PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de notícias de medicina ortomolecular, 26 de janeiro de 2020

### A vitamina C protege contra o coronavírus por Andrew W. Saul, Editor

(OMNS, 26 de janeiro de 2020) A pandemia de coronavírus pode ser dramaticamente diminuída, ou interrompida, com o uso imediato e generalizado de altas doses de vitamina C. Os médicos demonstraram a poderosa ação antiviral da vitamina C por décadas. Tem havido uma falta de cobertura da mídia sobre essa abordagem eficaz e bem-sucedida contra vírus em geral, e coronavírus em particular.

É muito importante maximizar a capacidade antioxidante do corpo e a imunidade natural para prevenir e minimizar os sintomas quando um vírus ataca o corpo humano. O ambiente do host é crucial. Evitar é obviamente mais fácil do que tratar doenças graves. Mas trate as doenças graves com seriedade. Não hesite em consultar um médico. Não é uma escolha ou ou. A vitamina C pode ser usada junto com os medicamentos, quando indicados.

*"Ainda não vi nenhuma gripe que não tenha sido curada ou notadamente melhorada por doses maciças de vitamina C."*

(Robert F. Cathcart, MD)

Os médicos do *Orthomolecular Medicine News Service* e da *International Society for Orthomolecular Medicine* recomendam um método baseado em nutrientes para prevenir ou minimizar os sintomas de infecções virais futuras. Os seguintes níveis suplementares baratos são recomendados para adultos; para crianças reduza-os em proporção ao peso corporal:

**Vitamina C:** 3.000 miligramas (ou mais) por dia, em doses divididas.

**Vitamina D3:** 2.000 unidades internacionais diariamente. (Comece com 5.000 UI / dia por duas semanas, depois reduza para 2.000)

**Magnésio:** 400 mg por dia (na forma de citrato, malato, quelato ou cloreto)

**Zinco:** 20 mg por dia

**Selênio:** 100 mcg (microgramas) diariamente

Demonstrou-se que a vitamina C [\[1\]](#), a vitamina D [\[2\]](#), o magnésio [\[3\]](#), o zinco [\[4\]](#) e o selênio [\[5\]](#) fortalecem o sistema imunológico contra os vírus.

A base para o uso de altas doses de vitamina C para prevenir e combater doenças causadas por vírus pode ser rastreada até o sucesso inicial da vitamina C contra a poliomielite, relatado pela primeira vez no final dos anos 1940. [6] Muitas pessoas não sabem, até mesmo se surpreendem, para saber disso. Evidências clínicas adicionais foram acumuladas ao longo das décadas, levando a um protocolo antivírus publicado em 1980. [7]

É importante lembrar que a **prevenção e o tratamento de infecções respiratórias com grandes quantidades de vitamina C estão bem estabelecidas**. Aqueles que acreditam que a vitamina C geralmente tem mérito, mas que doses massivas são ineficazes ou de alguma forma prejudiciais, farão bem em ler os artigos originais por si próprios. Dispensar o trabalho desses médicos simplesmente porque tiveram sucesso há muito tempo contorna uma questão mais importante: por que o benefício de sua experiência clínica não foi apresentado ao público pelas autoridades governamentais responsáveis, especialmente em face de uma pandemia viral?

### Referências:

#### 1. Vitamina C:

Caso HS (2018) Perguntas sobre vitamina C respondidas. *Orthomolecular Medicine News Service*, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v14n12.shtml>.

Gonzalez MJ, Berdiel MJ, Duconge J (2018) Alta dose de vitamina C e influenza: um relato de caso. *J Orthomol Med*. Junho de 2018, 33 (3). <https://isom.ca/article/high-dose-vitamin-c-influenza-case-report>.

Gorton HC, Jarvis K (1999) A eficácia da vitamina C na prevenção e alívio dos sintomas de infecções respiratórias induzidas por vírus. *J Manip Physiol Ther*, 22: 8, 530-533. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10543583>

Hemilä H (2017) Vitamina C e infecções. *Nutrientes*. 9 (4). pii: E339. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28353648>.

Hickey S, Saul AW (2015) Vitamina C: a história real. *Basic Health Pub*. ISBN-13: 978-1591202233.

Levy TE (2014) O impacto clínico da vitamina C. *Orthomolecular Medicine News Service*, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v10n14.shtml>

OMNS (2007) Vitamina C: um tratamento altamente eficaz para resfriados. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v03n05.shtml>.

OMNS (2009) Vitamina C como antiviral <http://orthomolecular.org/resources/omns/v05n09.shtml>.

Taylor T (2017) Material de vitamina C: por onde começar, o que assistir. *OMNS*, <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v13n20.shtml>.

Yejin Kim, Hyemin Kim, Seyeon Bae et al. (2013) A vitamina C é um fator essencial nas respostas imunes antivirais por meio da produção de interferon- $\alpha$  /  $\beta$  na fase inicial da infecção pelo vírus influenza A (H3N2). *Immune Netw.* 13: 70-74. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23700397> .

## 2. Vitamina D:

Cannell JJ, Vieth R, Umhau JC et al. (2006) Influenza epidêmica e vitamina D. *Epidemiol Infect.* 134: 1129-1140. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16959053> .

Cannell JJ, Zasloff M, Garland CF et al. (2008) Sobre a epidemiologia da influenza. *Virologia J.* 5:29. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16959053> .

Ginde AA, Mansbach JM, Camargo CA Jr. (2009) Associação entre o nível sérico de 25-hidroxivitamina D e infecção do trato respiratório superior no Terceiro National Health and Nutrition Examination Survey. *Arch Intern Med.* 169: 384-390. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19237723> .

Martineau AR, Jolliffe DA, Hooper RL et al. (2017) Suplementação de vitamina D para prevenir infecções agudas do trato respiratório: revisão sistemática e meta-análise de dados individuais de participantes. *BMJ.* 356: i6583. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28202713> .

Urashima M, Segawa T., Okazaki M et al. (2010) Ensaio randomizado de suplementação de vitamina D para prevenir a influenza A sazonal em escolares. *Am J Clin Nutr.* 91: 1255-60. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20219962> .

von Essen MR, Kongsbak M., Schjerling P et al. (2010) A vitamina D controla a sinalização do receptor do antígeno das células T e a ativação das células T humanas. *Nat Immunol.* 11: 344-349. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20208539> .

## 3. Magnésio:

Dean C (2017)

Magnésio. *OMNS* , <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v13n22.shtml>

Dean C. (2017) *The Magnesium Miracle*. 2ª Ed., Ballantine Books. ISBN-13: 978-0399594441.

Levy TE (2019) *Magnésio: Reversing Disease*. Medfox Pub. ISBN-13: 978-0998312408

## 4. Zinco:

Fraker PJ, King LE, Laakko T, Vollmer TL. (2000) A ligação dinâmica entre a integridade do sistema imunológico e o status do zinco. *J Nutr.* 130: 1399S-406S. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10801951> .

Liu MJ, Bao S, Gálvez-Peralta M, et al. (2013) ZIP8 regula a defesa do hospedeiro por meio da inibição mediada por zinco de NF- $\kappa$ B. *Cell Rep.* 3: 386-400. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23403290> .

Mocchegiani E, Muzzioli M. (2000) A aplicação terapêutica de zinco no vírus da imunodeficiência humana contra infecções oportunistas. *J Nutr.* 130: 1424S-1431S. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10801955> .

Shankar AH, Prasad AS. (1998) Zinco e função imunológica: a base biológica da resistência alterada à infecção. *Am J Clin Nutr.* 68: 447S-463S. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9701160> .

5. Selênio:

Beck MA, Levander OA, Handy J. (2003) Selenium deficiency and viral Infection. *J Nutr.* 133: 1463S-1467S. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12730444> .

Hoffmann PR, Berry MJ. (2008) A influência do selênio nas respostas imunes. *Mol Nutr Food Res.* 52: 1273-1280. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18384097> .

Steinbrenner H, Al-Quraishy S, Dkhil MA et al. (2015) Selênio dietético na terapia adjuvante de infecções virais e bacterianas. *Adv Nutr.* 6: 73-82. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25593145> .

6. Klenner FR. O tratamento de poliomielite e outras doenças virais com vitamina C. *J South Med Surg* 1949, 111: 210-214. <http://www.doctoryourself.com/klennerpaper.html> .

7. Cathcart RF. Método para determinar as doses adequadas de vitamina C para o tratamento de doenças, titulando até a tolerância intestinal. *Australian Nurses J* 1980, 9 (4): 9-13. <http://www.doctoryourself.com/titration.html>

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

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