

PARA A DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 22 de novembro de 2005

ERVAS, AMINOÁCIDOS, MINERAIS: MUITO MAIS SEGUROS DO QUE QUALQUER DROGA

(OMNS) As estatísticas americanas de controle de veneno mostram que em um ano, houve 28 mortes por heroína; paracetamol (o ingrediente ativo em produtos como o Tylenol) matou 147. Embora o paracetamol matasse mais de cinco vezes do que uma droga ilegal, poucos diriam que devemos torná-lo geralmente considerado um analgésico seguro e sem prescrição médica.

Ainda assim, os equívocos e a desinformação sobre os alegados perigos dos suplementos minerais, fitoterápicos e de aminoácidos são persistentes, apesar da falta de evidências científicas para apoiar esse medo.

SUPLEMENTOS MINERAIS

O Relatório Anual de 2003 da Associação Americana de Centros de Controle de Venenos, Sistema de Vigilância de Exposições Tóxicas, publicado no American Journal of Emergency Medicine (1), lista oito mortes na categoria de “suplemento mineral”. Cinco não são de suplementos, mas sim de fontes farmacológicas corretamente denominadas eletrólitos: dois do sódio e três do potássio (p 389). Doses farmacológicas de sódio e potássio são geralmente administradas no hospital por via intravenosa e são uma causa frequente de desequilíbrio eletrolítico. Duas mortes foram supostamente devido a overdose de ferro. Desde 1986, houve uma média de duas mortes por ano associadas aos suplementos de ferro. A única morte remanescente foi de cálcio, um mineral que é usado medicamente por suas propriedades antídoto. Na verdade, em 2003, o cálcio foi usado como um antídoto para salvar vidas em 5, 228 casos (p 344). Não há evidências de que a única morte relacionada ao cálcio tenha sido causada por um suplemento, e as chances são esmagadoras de que não tenha sido. Isso perfaz um ano total de talvez duas mortes “associadas” a um mineral suplementar. A cafeína também matou duas pessoas em 2003. No entanto, chá, café e refrigerantes à base de cola não são vendidos com restrição, prescrição ou em garrafas para crianças, e poucos diriam que precisam ser.

SUPLEMENTOS HERBAIS

O Relatório de 2003 da Associação Americana de Centros de Controle de Venenos, Sistema de Vigilância de Exposições Tóxicas, indica um total de 13 mortes atribuídas a preparações de ervas. Três deles são de efedra, dois de yohimbe e dois de ma-huang. Aceitando todas as sete alegações de mortes atribuídas a esses produtos, ainda descobrimos que houve mais de 20 vezes mais mortes a cada ano por causa do paracetamol.

Apenas três mortes são atribuíveis a outros ingredientes botânicos com um único ingrediente e, por incrível que pareça, sua identidade permanece sem nome no relatório de exposições tóxicas. Relatar três mortes sem nomear a causa é uma admissão clara de incerteza.

Milhões de pessoas tomam remédios fitoterápicos, e o fazem há gerações. Os povos indígenas e ocidentalizados os consideram seguros e eficazes, e o Relatório de 2003 do Sistema de Vigilância de Exposições Tóxicas da Associação Americana de Centros de Controle de Envenenamentos (p 388-389). Não houve nenhuma morte por medicamentos culturais, incluindo ayurvédica, asiática, hispânica e, na verdade, de todos os outros.

Além disso, encontramos:

- Cohosh azul: 0 mortes
- Ginko biloba: 0 mortes
- Echinacea: 0 mortes
- Ginseng: 0 mortes
- Kava kava: 0 mortes
- Erva de São João: 0 mortes
- Valeriana: 0 mortes

Além disso, não houve nenhuma morte por fitoestrógenos, glandulares, algas verde-azuladas ou remédios homeopáticos.

SUPLEMENTOS DE AMINOÁCIDOS

Em 2003, os centros de controle de venenos relataram zero mortes por aminoácidos.

ASSIM, ONDE ESTÃO OS CORPOS?

Produtos naturais para a saúde, como aminoácidos, ervas, minerais e outros suplementos nutricionais, têm um histórico de uso seguro comprovado. Isso é claramente demonstrado pelo Relatório Anual de 2003 da Associação Americana de Centros de Controle de Venenos, Sistema de Vigilância de Exposições Tóxicas, publicado no American Journal of Emergency Medicine.

Referências:

1. Watson WA et al. Vol. 22, No. 5, setembro de 2004, p 335-404. (<http://www.aapcc.org/annual-reports/>)

O que é Medicina Ortomolecular?

Linus Pauling definiu a medicina ortomolecular como "o tratamento de doenças pelo fornecimento de um ambiente molecular ótimo, especialmente as concentrações ótimas de substâncias normalmente presentes no corpo humano". A medicina ortomolecular usa terapia nutricional segura e eficaz para combater doenças. Para mais informações: <http://www.orthomolecular.org>