

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 23 de maio de 2006

RELATÓRIO DO PAINEL INDEPENDENTE DE AVALIAÇÃO DA SEGURANÇA DA VITAMINA

Rascunho do Relatório do Painel Independente de Revisão de Segurança de Vitaminas, 22 de maio de 2006

Abram Hoffer, MD
Michael Janson, MD
Thomas Levy, MD, JD
Carolyn Dean, ND, MD
Harold Foster, PhD
Erik Paterson, MD
Andrew Saul, presidente

(OMNS, 23 de maio de 2006) Um relatório recente do Instituto Nacional de Saúde dos EUA tentou lançar dúvidas sobre a segurança dos suplementos alimentares. No entanto, é a opinião divergente do Independent Vitamin Safety Review Panel que

- 1) o relatório do NIH é tendencioso contra a suplementação nutricional, porque
- 2) A seleção de membros do painel do NIH excluiu profissionais que defendem a suplementação nutricional, e
- 3) a pesquisa que o NIH revisou excluiu seletivamente centenas de estudos que sustentam a segurança e a eficácia da suplementação nutricional.

Os documentos do NIH mostram que o painel do NIH nunca olhou para mais de 600 estudos científicos e artigos do Journal of Orthomolecular Medicine, um jornal que de fato se especializou na publicação de pesquisas sobre terapia com vitaminas, e tem feito isso há quarenta anos. O painel do NIH também não considerou a riqueza de relatórios médicos em publicações médicas, como a Carta Townsend para Médicos e Pacientes.

A seguir está uma citação da revisão patrocinada pelo NIH "Suplementos Multivitamínicos / Minerais e Prevenção de Doenças Crônicas, maio de 2006" publicada em <http://www.ahrq.gov/clinic/tp/multivittp.htm> :

" **Objetivo:** revisar e sintetizar a literatura publicada sobre a eficácia de suplementos multivitamínicos / minerais e certos suplementos de nutrientes únicos na prevenção primária de doenças crônicas na população adulta em geral e sobre a segurança de suplementos multivitamínicos / minerais e certos suplementos de nutrientes únicos. ... "

" **Fontes de dados:** Todos os artigos publicados até 28 de fevereiro de 2006, nas bases de dados MEDLINE®, EMBASE® e Cochrane.

" **Métodos de revisão:** cada artigo passou por revisões duplas quanto ao título, resumo e elegibilidade para inclusão. Dois revisores realizaram a abstração dos dados e a avaliação da qualidade ...

" **Resultados:** Poucos estudos abordaram a eficácia do uso de suplementos multivitamínicos / minerais na prevenção de doenças crônicas na população em geral dos Estados Unidos ...

" **Conclusão:** ... A qualidade e quantidade geral da literatura sobre a segurança de suplementos multivitamínicos / minerais é limitada."

Limitada, de fato. Foi limitado pelo processo de seleção enviesado, que, por exemplo, excluiu mais de 600 artigos de uma revista médica especializada, o Journal of Orthomolecular Medicine. Nada publicado no The Journal of Orthomolecular Medicine é indexado no Medline. O Medline é administrado pela National Library of Medicine. A National Library of Medicine faz parte do National Institutes of Health. Pode-se ver que uma quantidade significativa de dados relevantes foi excluída da consideração. Tal exclusão seria do interesse do NIH chegar a uma conclusão politicamente predeterminada de que as vitaminas são de alguma forma perigosas e o público supostamente corre algum tipo de perigo por causa delas.

E, no entanto, mesmo esta revisão tendenciosa e autolimitada afirmou: "Não encontramos um padrão consistente de aumento dos efeitos adversos dos suplementos multivitamínicos / minerais, exceto para o amarelecimento da pele pelo β -caroteno."

Esta é uma importante admissão da segurança das vitaminas que o comunicado à imprensa do NIH de 17 de maio de 2006, ignorou totalmente e até mesmo distorceu em uma conclusão oposta. Especificamente, o comunicado à imprensa do NIH incluiu o seguinte:

"Mais da metade dos adultos americanos estão tomando suplementos dietéticos, a maioria dos quais são multivitaminas, e o resultado é que não sabemos com certeza se eles estão se beneficiando deles. Na verdade, estamos preocupados que algumas pessoas pode estar recebendo muitos nutrientes ", disse J. Michael McGinnis, MD, MPP, bolsista sênior do Instituto de Medicina da Academia Nacional de Ciências, que presidiu o painel ... A maioria do público presume que os componentes do multivitamínico Os suplementos de minerais (MVM) são seguros, porque muitos dos ingredientes são encontrados nos alimentos do dia-a-dia e os produtos estão disponíveis sem receita. O painel identificou vários riscos possíveis associados ao consumo de MVM, no entanto. Entre eles está o potencial de consumo excessivo de certos nutrientes, com a possibilidade resultante de efeitos adversos. Embora os indivíduos preocupados com a saúde provavelmente se concentrem em garantir que atendam às recomendações de nutrientes essenciais, os efeitos combinados de comer alimentos fortificados, tomar MVMs e consumir vitaminas ou minerais isolados em grandes doses podem levá-los a ultrapassar inadvertidamente o Superior Níveis (ULs) de nutrientes, que podem ser prejudiciais. Dadas essas preocupações de segurança e as limitações das evidências disponíveis, o painel defendeu mudanças na regulamentação de suplementos dietéticos - incluindo MVMs - pela Food and Drug Administration (FDA) ... " e consumir vitaminas ou minerais isolados em grandes doses, pode levá-los a ultrapassar inadvertidamente os Níveis Superiores (ULs) de nutrientes, o que pode ser prejudicial. Dadas essas preocupações de segurança e as limitações das evidências disponíveis, o painel defendeu mudanças na

regulamentação de suplementos dietéticos - incluindo MVMs - pela Food and Drug Administration (FDA) ... " e consumir vitaminas ou minerais isolados em grandes doses, pode levá-los a ultrapassar inadvertidamente os Níveis Superiores (ULs) de nutrientes, o que pode ser prejudicial. Dadas essas preocupações de segurança e as limitações das evidências disponíveis, o painel defendeu mudanças na regulamentação de suplementos dietéticos - incluindo MVMs - pela Food and Drug Administration (FDA) ... "

Comentário do painel de revisão independente da segurança da vitamina:

Mesmo que sua própria revisão da literatura não tenha conseguido encontrar evidências de danos aos suplementos vitamínicos, o comunicado à imprensa do NIH escolheu enfatizar perigos que nem mesmo seu próprio estudo patrocinado poderia encontrar. NIH afirma que seu relatório "não é uma declaração de política do NIH ou do governo federal. O Programa de Desenvolvimento de Consenso NIH, do qual esta conferência faz parte, foi estabelecido em 1977 como um mecanismo para julgar tópicos controversos na medicina e saúde pública em de maneira imparcial e imparcial. " Ao mesmo tempo, o NIH demonstrou um claro preconceito na seleção do estudo, preconceito na seleção dos membros do comitê e enviesamento no relato ao público.

Mais da metade de todos os americanos toma vitaminas todos os dias. Não se pode deixar de fazer ao NIH esta pergunta simples: onde estão os corpos? Curiosamente, o painel do NIH ignorou os perigos dos medicamentos farmacêuticos, enquanto se concentrava em preocupações infundadas sobre seus multivitamínicos diários. Isso também indica viés.

De acordo com estatísticas compiladas anualmente pela American Association of Poison Control Centers (1), os multivitamínicos não matam ninguém. A overdose bruta de ferro (não uma vitamina) foi associada a talvez duas mortes por ano. Por outro lado, em 2003, houve 59 mortes apenas por causa da aspirina. Essa é uma taxa de mortalidade quase trinta vezes maior do que a atribuída aos suplementos de ferro. Houve ainda mais mortes por aspirina em combinação com outros produtos farmacêuticos. Em 2003, duas pessoas morreram por causa da cafeína. Três pessoas morreram por causa do detergente para a louça. Houve também uma morte por "Creme / loção / maquiagem", uma morte por sabão em pó granulado e uma morte por sal de cozinha.

Por outro lado, o Independent Vitamin Safety Review Panel afirma que não há uma morte por ano devido a qualquer vitamina do alfabeto. Não de A, B's, C, D ou E.

O palestrante Michael Janson, MD, disse: "Em décadas de pessoas que tomaram uma grande variedade de suplementos dietéticos, poucos efeitos adversos foram observados e nenhuma morte como resultado dos suplementos dietéticos. Há muito mais risco para a saúde pública de pessoas que param seus suplementos vitamínicos do que de pessoas que os tomam. "

Isso também é válido para multivitaminas contendo minerais. O painelista Harold Foster, PhD, disse: "O conteúdo mineral cada vez menor dos solos e dos alimentos cultivados neles exige que o público tome suplementos, nem que seja para manter a ingestão de minerais nos níveis anteriores."

A palestrante Carolyn Dean, ND, MD, aponta que, ao contrário dos suplementos nutricionais, os medicamentos farmacêuticos realmente matam pessoas. "784.000 pessoas morrem anualmente, prematuramente, devido à medicina moderna", disse ela. "Estas são estatísticas de periódicos revisados por pares e bancos de dados do governo."

O Independent Vitamin Safety Review Panel, portanto, pergunta: Por que o NIH pressionaria tanto pelo controle do FDA de suplementos vitamínicos, que são seguros, quando o FDA claramente não está controlando eficazmente as drogas farmacêuticas, que são perigosas?

O palestrante Thomas Levy, MD, disse: "Pode-se demonstrar claramente que a ingestão excessiva ou obsessiva de água matará com segurança os indulgentes que empurram seus níveis de sódio para um ponto baixo o suficiente no sangue. Isso está bem documentado. A água deve ser considerada justificadamente como um veneno ou toxina potencialmente fatal, enquanto os ataques ridículos continuam na toxicidade teórica da vitamina C, bem como muitos outros suplementos de vitaminas e nutrientes? "

O palestrante Erik Paterson, MD, disse: "Por 33 anos, prescrevi e defendi agressivamente vitaminas em doses muito mais altas do que a DRI / RDA dos EUA, para minha família e meus pacientes. Nunca vi nenhuma reação adversa, embora tenha sido em alerta para eles o tempo todo. "

O palestrante Abram Hoffer, MD, que também tem um PhD em bioquímica nutricional, disse: "Os suplementos vitamínicos são extraordinariamente seguros e eficazes. Isso se baseia em cinquenta anos de experiência clínica sem ver quaisquer efeitos colaterais com risco de vida e sem mortes. São drogas que são perigosos. Talvez a Food and Drug Administration dos Estados Unidos esteja se cansando de todas as más notícias sobre drogas, então, em vez disso, eles estão indo atrás de suplementos nutricionais. "

É a conclusão do Independent Vitamin Safety Review Panel que os Institutos Nacionais de Saúde dos Estados Unidos ignoraram os benefícios da suplementação de vitaminas, exagerou grosseiramente os supostos riscos e, ao fazê-lo, desinformou o público e prejudicou a saúde pública.

Referências:

1. Watson WA, Litovitz TL, Klein-Schwartz W, Rodgers GC Jr, Youniss J, Reid N, Rouse WG, Rembert RS, Borys D. Relatório anual de 2003 da Associação Americana de Centros de Controle de Venenos Toxic Exposure Surveillance System. Am J Emerg Med. Set 2004; 22 (5): 335-404.
2. Testemunho perante o Governo do Canadá, Comitê Permanente de Saúde da Câmara dos Comuns, a respeito da segurança de suplementos nutricionais (Ottawa, 12 de maio de 2005). <http://www.doctoryourself.com/testimony.htm>

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>