

## **PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA**

**Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 14 de outubro de 2009**

### **Nenhuma morte por vitaminas ou minerais**

#### **As estatísticas de controle de veneno comprovam a segurança dos suplementos**

(OMNS, 14 de outubro de 2009) Não houve nenhuma morte causada por uma vitamina ou mineral da dieta em 2007, de acordo com as estatísticas mais recentes disponíveis do US National Poison Data System. O relatório anual de 132 páginas da American Association of Poison Control Centers publicado na revista Clinical Toxicology mostra zero mortes por vitaminas múltiplas; zero mortes por qualquer uma das vitaminas B; zero mortes por vitaminas A, C, D ou E; e zero mortes por qualquer outra vitamina. (1)

Além disso, houve zero mortes em 2007 devido a qualquer suplemento mineral na dieta. Isso significa que não houve fatalidades por suplementos de cálcio, cromo, zinco, prata coloidal, selênio, ferro ou multiminerais. Houve uma morte por overdose crônica de hidróxido de magnésio, comumente conhecida como leite laxante / antiácido de magnésia, e foi listada inadequadamente na categoria de relatório "suplemento dietético". Os suplementos nutricionais não contêm hidróxido de magnésio.

Mais da metade da população dos EUA toma suplementos nutricionais diariamente. Mesmo que cada uma dessas pessoas tomasse apenas um único comprimido por dia, isso perfaria 154 milhões de doses individuais por dia, para um total de mais de 56 bilhões de doses anuais. Como muitas pessoas tomam mais do que uma vitamina ou comprimido de mineral, os números são consideravelmente maiores e a segurança dos suplementos nutricionais é ainda mais notável.

61 centros de envenenamento fornecem dados de costa a costa para o US National Poison Data System, que são revisados por 29 toxicologistas médicos e clínicos. Em 2007, o NPDS relatou 1.597 mortes causadas por drogas e outros materiais ingeridos. Nenhuma morte foi devido a uma vitamina ou suplemento mineral na dieta.

Se os suplementos nutricionais são supostamente tão "perigosos", como o FDA e a mídia de notícias tantas vezes afirmam, então onde estão os corpos?

#### **Referências:**

(1) Bronstein AC, Spyker DA, Cantilena LR Jr, Green JL, Rumack BH, Heard SE; American Association of Poison Control Centers. Relatório Anual de 2007 do Sistema Nacional de Dados de Venenos (NPDS) da American Association of Poison Control Centers: 25º Relatório Anual. Clin Toxicol (Phila). Dezembro de 2008; 46 (10): 927-1057. Artigo em texto completo disponível para download gratuito em <http://www.aapcc.org/annual-reports/> As estatísticas de vitaminas são encontradas na Tabela 22B, páginas do periódico 1027-1028. Os minerais estão na mesma tabela, página 1024.

**Para Leitura Adicional:**

Baixe qualquer Relatório Anual da Associação Americana de Centros de Controle de Venenos de 1983-2007 gratuitamente em: <http://www.aapcc.org/annual-reports/> A categoria "Vitamina" geralmente está quase no final do relatório.

**Medicina nutricional é medicina ortomolecular**

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

O Orthomolecular Medicine News Service, revisado por pares, é um recurso informativo sem fins lucrativos e não comercial.