

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 11 de junho de 2012

Vitamina Bashing ou má ciência?

por Steve Hickey, PhD, Andrew W. Saul, PhD, e Robert G. Smith, PhD

(OMNS 11 de junho de 2012) Há uma tendência global de popularizar a pseudociência da indústria farmacêutica que prejudica os pacientes e previne a saúde. Longe de ser crítica, a mídia é facilmente enganada pela medicina corporativa. Dois exemplos recentes dão o que pensar. Como tantos outros na mídia, Alex Hutchinson estava mal informado sobre a ciência subjacente quando escreveu "Três razões para reconsiderar os comprimidos de vitamina". [1] Às vezes, a falta de bolsa de estudos em pesquisa médica é surpreendente. Um artigo recente de María Martínez e colegas ilustra bem isso. É bizarramente intitulado "Suplementos dietéticos e prevenção do câncer: equilibrando os benefícios potenciais com os danos comprovados". [2]

A mídia aceita sem crítica as reivindicações da Colaboração Cochrane porque é um "padrão ouro". No entanto, a Cochrane apóia a má ciência porque aceita os métodos e preconceitos da medicina corporativa. Nesse caso, uma revisão combinou os resultados de 78 estudos randomizados, mas na seleção desses estudos ignorou um conjunto maior de dados para dar uma resposta exigida, mas enviesada. [1] Uma das primeiras lições para um estudante de ciências não é selecionar seus dados. Quando a informação é selecionada, ela está sujeita a distorções porque não representa o conjunto de dados completo. Nesse caso, milhares de estudos forneceram uma probabilidade anterior de que os suplementos vitamínicos são seguros e podem prevenir doenças crônicas. Além disso, a alegação de que grandes ensaios clínicos randomizados fornecem a "forma mais forte" de dados médicos está simplesmente errada.

Um "culto à carga" (isto é, obter valor por meio de rituais mágicos) se apoderou da ciência médica. [3] A chamada medicina baseada em evidências parece ciência, mas falha em fornecer resultados racionais. Hutchinson relata que o tamanho da revisão de vitaminas incluiu 297.000 pessoas, o que supostamente dá uma sensação de solidez e confiabilidade da lei dos grandes números. No entanto, o que não nos é dito é que grandes números não são apropriados, pois esses estudos enfatizam as fraquezas (ruído de fundo) nos dados. Se você precisa de um quarto de milhão de pessoas para mostrar um efeito, esse é um efeito muito pequeno.

A ênfase foi colocada em estudos "controlados por placebo". No entanto, não é explicado que esses ensaios geralmente são antiéticos. A Declaração de Helsinque afirma que os tratamentos devem ser testados diretamente contra os melhores métodos atuais disponíveis para ajudar a prevenir o abuso da pesquisa médica e crimes contra a humanidade. Este requisito para pesquisa ética é contestado pelas empresas farmacêuticas e pela US Food and Drug Administration. Uma consideração importante é que os ensaios

controlados com placebo podem ajudar a desenvolver e testar medicamentos novos, mas ineficazes. Um novo medicamento só precisa ser ligeiramente melhor do que nada (o placebo). Mas esse paradigma enfatiza a utilidade marginal de uma droga sobre nada, quando tratamentos mais seguros e eficazes estão disponíveis. É importante ressaltar que os suplementos vitamínicos podem fornecer uma alternativa,

A clara irracionalidade das alegações da chamada medicina baseada em evidências é ignorada. Nesse caso, Hutchinson sugere que a utilidade da vitamina C se limita à prevenção de uma forma aguda de escorbuto em pequenas doses. Se você não ingerir pelo menos um pouco da vitamina, ficará doente e poderá ter uma morte bastante desagradável, como tantos marinheiros britânicos (limeys) fizeram no passado. Mas eles ignoram os dados que sugerem que a doença cardíaca, a principal causa de morte, é uma forma de escorbuto crônico. [3] Milhões de pessoas podem estar morrendo porque não recebem vitamina C suficiente em sua dieta e não suplementam com vitamina C adequada e outros nutrientes essenciais. Apesar desse potencial para salvar vidas, a medicina corporativa prefere que você tome medicamentos com estatina e permaneça conveniente e lucrativamente doente.

Cochrane apóia essa ignorância. Eles sabem que as respostas politicamente exigidas envolvem selecionar seus dados e ignorar a realidade. É hora de a mídia fazer seu trabalho de maneira adequada e se tornar mais crítica em relação às baboseiras médicas.

Explique a "prova"

O recente relatório de Martinez et al ilustra um tipo semelhante de ignorância. [2] Em primeiro lugar, deseja-se saber de onde os autores derivaram o termo "danos comprovados". Na ciência, não existe prova. Ciência é indução. Assim, consideramos o uso crescente do termo prova como sendo ignorância ou uma tentativa de supressão autoritária de idéias. Parece além da compreensão que o *Journal of the National Cancer Institute* pode publicar absurdos como um artigo alegando prova no título. Depois, há o uso estranho do termo "danos". Recentemente, o uso de "danos" se infiltrou na literatura médica devido ao uso indevido de estatísticas. Aparentemente, neste caso, devemos acreditar que os suplementos dietéticos de nutrientes essenciais são "provados" como tão ruins que são perigosos e causam vários danos.

Considere as afirmações no resumo do artigo:

"A suplementação nutricional é agora uma indústria multibilionária e cerca de metade de todos os adultos norte-americanos tomam suplementos."

Sim, mas têm um custo mais baixo do que os medicamentos vendidos pela medicina corporativa. Em muitos casos, as pessoas nos Estados Unidos estão adotando essa abordagem preventiva para evitar a falência da medicina tradicional.

"O uso de suplementos é alimentado em parte pela crença de que os suplementos nutricionais podem evitar doenças crônicas, incluindo o câncer, embora vários comitês de

especialistas e organizações tenham concluído que há pouca ou nenhuma evidência científica de que os suplementos reduzem o risco de câncer."

Nenhuma evidência científica - realmente? Podemos encontrar muitos - talvez eles devessem ler a literatura. Oh, sim: eles significam que nenhum estudo baseado na chamada medicina "baseada em evidências" mostrou os benefícios dos suplementos vitamínicos. O problema com isso é que sua fonte de dados exclui seletivamente muitos estudos positivos de importância primária. Desde quando comitês e organizações de especialistas são árbitros da verdade científica? A ideia é tão boba que dificilmente permite comentários.

O relatório Martínez continua:

"Ao contrário, agora há evidências de que altas doses de alguns suplementos aumentam o risco de câncer. Apesar dessa evidência, as alegações de marketing da indústria de suplementos continuam a implicar em benefícios anticâncer."

Até onde sabemos, não há dados confiáveis que convenceriam um indivíduo racional a evitar suplementos porque, de alguma forma, eles teriam maior risco de câncer. Vimos algumas alegações "baseadas em evidências" absurdas, mas elas não fornecem os dados necessários para que um indivíduo tome uma decisão racional.

O resumo Martínez então diz:

"Regulamentação governamental insuficiente da comercialização de produtos de suplemento dietético pode continuar a resultar em conselhos inadequados aos consumidores."

Aparentemente, a medicina corporativa tentará dar conselhos inadequados sobre os "danos comprovados" dos suplementos até que sejam desnecessariamente proibidos.

"Tanto a comunidade científica quanto os reguladores do governo precisam fornecer orientações claras ao público sobre o uso de suplementos dietéticos para diminuir o risco de câncer."

Concordamos com este. O público merece saber que suplementos de antioxidantes e outros nutrientes essenciais podem prevenir o câncer e muitos outros tipos de doenças crônicas.

Referências:

1. 29 de abril de 2012. <http://www.theglobeandmail.com/life/health/fitness/exercise/fitness-research/3-reasons-to-reconsider-vitamin-pills/article2416236>

2. Martínez ME, Jacobs ET, Baron JA, Marshall JR, Byers T. (2012) Suplementos dietéticos e prevenção do câncer: equilibrando os benefícios potenciais contra os danos comprovados. *J Natl Cancer Inst.* 104 (10): 732-9. Epub, 25 de abril de 2012.

3. Hickey DS Hickey A Noriega LA (2012) O fracasso da medicina baseada em evidências? *International Journal of Person Centered Medicine*, 2 (1), no prelo.

Medicina nutricional é medicina ortomolecular

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