

## **PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**

**Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 11 de julio de 2006**

### **LOS MÉDICOS DICEN QUE LAS VITAMINAS SON SEGURAS**

Informe de seguimiento del Panel de Revisión Independiente de la Seguridad de las Vitaminas

(OMNS, 11 de julio de 2006) Cada vez son más los médicos en ejercicio que apoyan las vitaminas. Basándose en décadas de experiencia real con muchos miles de pacientes, los médicos de familia y los especialistas afirman que los suplementos vitamínicos son seguros y eficaces incluso en dosis altas.

Peter H. Lauda, MD, de Viena, Austria, escribe:

"Durante todos los años he recetado vitaminas para la prevención y el tratamiento, a un gran número de pacientes, tanto adultos como niños. Nunca he visto ningún problema grave o efectos secundarios peligrosos causados por suplementos vitamínicos. Además, los análisis de laboratorio realizados de forma rutinaria no mostraron ningún deterioro o signos objetivos de daño hepático, renal u otros órganos causados por suplementos vitamínicos."

Robert F. Cathcart, MD, de California dice:

"Los suplementos vitamínicos son seguros. Nunca he visto una reacción grave a los suplementos vitamínicos. Desde 1969, he tomado más de 2 toneladas de ácido ascórbico. He puesto a más de 20.000 pacientes en tolerancia intestinal a dosis de ácido ascórbico sin problemas graves y con gran beneficio " .

Allan N. Spreen, MD, de Arizona, dice:

"Ciertamente puedo afirmar que, después de muchos años de práctica e investigación personal, la suplementación con vitaminas es extraordinariamente segura, incluso en dosis mucho más altas que las recomendaciones diarias publicadas también infinitamente más seguro que cualquier medicamento recetado."

Richard P. Huemer, MD, de California, escribe:

"Los informes de toxicidad de las vitaminas, por raros que sean, a veces se basan en pruebas endebles. Tales informes falaces pueden aparecer en revistas médicas. En uno, se afirmó que una crónica bastante poco impresionante La dosis de vitamina A había causado insuficiencia hepática, pero no se describieron ciertas características histológicas de la toxicidad de la vitamina A, ni se intentó cuantificar la vitamina A en el hígado o incluso en la sangre."

Jerry Green, MD, Canadá, dice:

" Después de practicar la medicina ortomolecular durante más de 35 años, he visto que las vitaminas son extremadamente seguras, especialmente cuando se las compara con otras opciones del paciente, como medicamentos, cirugía o no hacer nada y, por lo tanto, sufrir de vitamina deficiencia de nuestros alimentos desvitalizados modernos " .

Erik Paterson, MD, también de Canadá:

"Como médico de familia, a menudo veo efectos adversos graves en mis pacientes debido a los medicamentos convencionales. Todavía no he visto nada parecido con las megadosis de vitaminas. Creo que estoy vivo debido a las grandes dosis de vitaminas que tomo a diario."

Klaus Wenzel, MD, Alemania, escribe:

"Durante más de 20 años he usado suplementos vitamínicos para un número creciente de pacientes y problemas médicos. Y de todos estos años de práctica médica, puedo afirmar que los suplementos vitamínicos son muy seguros."

Chris M. Reading, MD, en Australia, dice:

"He tenido mediciones de los niveles séricos de vitamina en más de diez mil pacientes desde 1978, y he corregido de manera segura los niveles bajos con suplementos en cantidades mucho más altas que la dosis diaria recomendada. Los suplementos vitamínicos son seguros y esenciales para corregir los niveles bajos de vitaminas y corregir la mala salud. En mi experiencia, los suplementos vitamínicos pueden salvar a las personas de la muerte prematura, la depresión, el suicidio, la demencia, la psicosis y la insuficiencia cardíaca."

Karin Munsterhjelm-Ahumada, MD, de Finlandia, escribe:

"Después de casi 20 años usando solo la medicina convencional, tengo 10 años más de experiencia trabajando con altas dosis de vitaminas. Puedo asegurarles que no solo han sido muy seguras, sino también vitaminas también son muy útiles en mi trabajo con todo tipo de pacientes muy enfermos."

Desde Suecia, Bo H. Jonsson, MD, Ph.D., escribe:

"Los suplementos vitamínicos son muy seguros, especialmente en comparación con los medicamentos xenobióticos. Si se usan con conocimiento, las vitaminas son de enorme importancia para la prevención y el tratamiento de enfermedades."

Los educadores y médicos del Panel de Revisión Independiente de la Seguridad de las Vitaminas afirman que:

Ni siquiera hay una muerte al año por las vitaminas. (Watson WA et al. Informe anual 2003 del Sistema de Vigilancia de Exposición a Tóxicos de la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos. Am J Emerg Med. 2004 Sep; 22 (5): 335-404.) <http://www.aapcc.org/annual-reports/> Los consumidores no están obteniendo una imagen justa de la seguridad y eficacia de las vitaminas de fuentes patrocinadas por el gobierno, particularmente los Institutos Nacionales de Salud.

(<http://orthomolecular.org/resources/omns/v02n05.shtml> y <http://orthomolecular.org/resources/omns/v02n06.shtml>)

Cuando tienen toda la información, los consumidores ven que los suplementos vitamínicos son seguros, mucho más seguros que los medicamentos. (Lucian Leape, Error in medicine. Journal of the American Medical Association, 1994, 272: 23, p 1851. También: Leape LL. Las cifras de errores médicos del Instituto de Medicina no son exageradas. JAMA. 5 de julio de 2000; 284 (1): 95-7.)

No se debe restringir el acceso público a las vitaminas. (Testimonio ante el Gobierno de Canadá, Comité Permanente de Salud de la Cámara de los Comunes, con respecto a la seguridad de los suplementos nutricionales. Ottawa, 12 de mayo de 2005). <http://www.doctoryourself.com/testimony.htm>  
La suplementación con vitaminas no es el problema. Es la desnutrición y la medicación excesiva los problemas. Las vitaminas son la solución.