

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de noticias de medicina ortomolecular, 1 de febrero de 2022

Cómo COVID me ayudó a recuperar la buena salud

Editorial por Thomas E. Levy, MD, JD

OMNS (1 de febrero de 2022) La mayoría de las personas verdaderamente sanas no se dan cuenta de que están sanas, especialmente si nunca han tenido una enfermedad o infección crónica importante. Y esa es una reacción normal a estar saludable. Simplemente disfrutas de la vida sin concentrarte en múltiples formas en las que eventualmente podrías volverte poco saludable. Alguien que nunca ha sufrido dolores de cabeza no se va a maravillar de que estén libres de dolores de cabeza. Alguien que nunca ha tenido acidez estomacal después de una cerveza y una pizza no se va a maravillar de lo bien que se siente su estómago y sus intestinos después. La persona que está completamente sana y siempre lo ha estado, que aprecia lo valiosa que es la salud y que trabaja duro para hacer todo lo posible para mantenerse saludable es la más rara de las personas. La mayoría de las personas que trabajan arduamente para mantenerse saludables ya han estado gravemente enfermas en el pasado, y no tienen ningún deseo de volver a enfermarse. Es parte de la naturaleza humana notar y enfocarse en sentirse mal, no celebrar sentirse bien.

Nunca me he considerado excepcionalmente sano o enfermo. Pero siempre he sentido que, por alguna razón, mi sistema inmunológico no estuvo cerca de funcionar de manera óptima en ningún momento de mi vida. La "fiebre del heno", los estornudos, la secreción nasal y la tos de un goteo posnasal han estado conmigo desde los 7 u 8 años (tengo 71 años en el momento de escribir este artículo). Mi madre pudo conseguirme una receta para clorfeniramina, un antihistamínico en el que he confiado para el alivio de los síntomas literalmente durante toda mi vida (desde hace mucho tiempo disponible sin receta). Aunque sabía desde muy joven que gastar una caja de pañuelos faciales cada pocos días no era "normal", no tuve más remedio que aceptarlo y trabajar con ello.

De manera similar, mi principal problema de salud durante la mayor parte de mi vida se ha centrado en contraer fácilmente y luego mantener los resfriados y la influenza. Tales infecciones siempre me duraban semanas, con algo de tos crónica severa y, a menudo, me sentía mal durante meses. Una congestión nasal crónica hizo que un sueño verdaderamente reparador fuera imposible la mayor parte del tiempo, junto con los espasmos comunes de tos que me despertaban después de finalmente quedarme dormido. Durante muchos años, mi tos crónica estuvo asociada con un sabor metálico en la parte posterior de la garganta, que sentí que se debía a los patógenos ricos en hierro que debían estar colonizando allí.

Cada vez que tenía radiografías en el dentista, los niveles de aire y líquido se observaron constantemente en los senos paranasales directamente sobre mi mandíbula superior (nunca debería haber líquido en los senos paranasales). Y a pesar de que tenía dientes infectados adyacentes a esos senos paranasales extraídos en el pasado, nunca pareció mejorar la sinusitis crónica que me aquejaba.

Fueron estas condiciones crónicas las que me llevaron a experimentar mucho con la nebulización de una gran cantidad de agentes diferentes durante varios meses a un año, comenzando hace varios años cuando me di cuenta por primera vez del potencial terapéutico de la nebulización mientras investigaba la literatura para mi libro. , magnesio: revertir la enfermedad. Cuando finalmente investigué la fisiología del peróxido de hidrógeno en el cuerpo y comencé a nebulizarlo, logré un alivio increíble de muchos de los síntomas de los senos paranasales, la nariz y la garganta descritos anteriormente. Las razones científicas de estas experiencias clínicas se explican en mi libro Rapid Virus Recovery, cuyo libro electrónico he puesto a disposición debido a su capacidad para acelerar constantemente la resolución de las infecciones virales del tracto respiratorio, incluido el COVID. (Para descargar una copia gratuita, vaya a www.rvr.medfoxpub.com). Los artículos anteriores de OMNS que abordan estos y otros temas relacionados también incluyen:

- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n37.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n43.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n13.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n15.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n24.shtml>

El 11 de diciembre de 2021, se publicó otro de mis artículos de OMNS (<http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n28.shtml>). Este artículo discutía la relación sinérgica entre la vitamina C y el cortisol [hidrocortisona], especialmente en el contexto de su papel en la respuesta del cuerpo al estrés agudo, la infección y la exposición a toxinas. En pocas palabras, la premisa del artículo es que todas las posibles respuestas clínicas positivas a cualquier condición se realizan en última instancia mediante la normalización de los niveles citoplasmáticos de vitamina C en las células afectadas. Las dosis muy altas de vitamina C (dosis de 50 gramos por vía intravenosa o más) son efectivas para hacer esto, pero las dosis más bajas de vitamina C de varios gramos, por vía oral o intravenosa, parecen requerir la ayuda de cortisol para lograr niveles intracelulares óptimos de vitamina C.

Irónicamente, este artículo apareció aproximadamente dos semanas antes de que tuviera un escalofrío prolongado justo antes de acostarme. A la mañana siguiente, mi infección con COVID estaba bien establecida en mi cuerpo. Como no había dificultad para respirar, mi suposición no comprobada fue que contraí la variante Omicron. Sin embargo, durante los siguientes 10 días, estuve más enfermo que nunca en mi vida. Los síntomas más destacados eran una fatiga profunda y una incapacidad casi total para concentrarse y pensar en nada. No tenía apetito ni hambre en absoluto, y rápidamente perdí la capacidad de saborear cualquier alimento. En realidad, era demasiado esfuerzo incluso querer masticar. En el peor de los casos, sostenía la poca energía que tenía con un par de batidos de proteínas al día. Creo que ahora podría darme cuenta de cómo se debe sentir un zombi.

Después de que pasaron los primeros días, decidí administrarme un poco de vitamina C por vía intravenosa. No lo hice al principio porque simplemente no tenía la energía o el enfoque para hacerlo. Puse 25 gramos de vitamina C en una jeringa de 50 cc e inserté una

aguja de mariposa de calibre 21 en mi brazo izquierdo. Como normalmente tengo mucha sed durante un procedimiento de este tipo, tenía una cerveza de raíz lista para beber mientras procedía con mi inyección. Es de destacar que mi primer sorbo antes de colocar la aguja de mariposa tenía muy poco sabor y solo remotamente era identificable como cerveza de raíz. Después de unos 3 o 4 minutos durante los cuales administré aproximadamente 9 a 10 gramos de vitamina C por vía intravenosa, tomé otro trago de cerveza de raíz y yo estaba **aturdido**. En ese momento, había recuperado por completo mi gusto y la cerveza de raíz estaba llena de sabor. Inmediatamente quedó claro que la administración rápida de una gran dosis de vitamina C por vía intravenosa podría revertir por completo la pérdida del gusto asociada con la infección por COVID.

Como no tenía realmente el deseo de pasar repetidamente por el proceso de administrarme inyecciones intravenosas de vitamina C durante los siguientes días, mi cerebro confuso recordó el artículo que había escrito sobre la vitamina C y el cortisol. Después de discutir la situación con mi amigo y colega, el Dr. Ron Hunninghake de la Clínica Riordan, decidí comenzar a tomar hidrocortisona oral junto con mi vitamina C oral. Varias veces al día tomaba una tableta de hidrocortisona de 20 mg junto con 4 gramos de vitamina C regular. vitamina C y de 3 a 10 gramos de vitamina C encapsulada en liposomas de LivOn Labs. Rápidamente comencé a responder positivamente.

De nota adicional es que tuve un buen amigo cuidando amablemente de mí durante este período de tiempo. Acababa de terminar de lidiar con COVID aproximadamente una semana antes, y se sentía bien, excepto por la continua pérdida total del gusto, que comprensiblemente la angustió mucho. Después de mi inyección de vitamina C IV de alta dosis con un rápido retorno del gusto, decidí darle 3 gramos de vitamina C encapsulada en liposomas por vía oral con 20 mg de cortisol. Varias horas más tarde notó que volvía a sentir algo de sabor. Esto se repitió durante los siguientes 3 días y su gusto volvió a un grado casi normal después del período completo de 4 días de terapia con VC-cortisol. Estaba muy claro para mí que la combinación de VC y cortisol estaba haciendo algo de magia al introducir vitamina C en las células.

Recuperación post-COVID

Cuando mi recuperación asistida por VC-cortisol se completó, me di cuenta de que mis sorpresas clínicas solo estaban comenzando. No solo finalmente resolví por completo mi lucha con COVID después de un período de enfermedad de aproximadamente 2 semanas, rápidamente noté que mi estado anterior de "salud" no solo había regresado, sino que me sentía **mejor** que en literalmente 30 a 40 años. Luego de discutir la situación con el Dr. Hunninghake, decidí que mi ingesta diaria habitual de vitamina C debía optimizarse con una administración concomitante de cortisol. La administración crónica de dosis bajas de hidrocortisona se analiza extensamente en William McK. Libro de Jefferies, *Usos seguros del cortisol*. Después de una dosificación de prueba y error basada en una sensación de bienestar, finalmente me acomodé con una dosis de 3 gramos de vitamina C encapsulada en liposomas acompañada de una dosis de 10 mg de hidrocortisona dos veces al día, una a las 8 am y la otra a eso de las 4 de la tarde.

El trabajo del Dr. Jefferies me dejó claro que había sufrido un grado avanzado de fatiga suprarrenal con insuficiencia de cortisol casi toda mi vida, pero especialmente durante los últimos 30 años. El protocolo de vitamina C y cortisol ha tenido los siguientes efectos notables que se describen a continuación, mejorando o resolviendo una amplia gama de síntomas, casi todos los cuales habían estado presentes durante décadas:

- La eliminación completa de la secreción nasal y los síntomas similares a las alergias asociadas.
- La resolución de una acumulación crónica de líquido/moco en el oído medio izquierdo, a veces asociada con vértigo, y una incapacidad literal para dormir con la cabeza girada hacia la izquierda sobre la almohada sin marearse
- El retorno de la respiración libre y fácil en todo momento, sin períodos de congestión nasal y la necesidad de respirar por la boca. Además, la pérdida de un "hambre de aire", una incapacidad peculiar, aparentemente neurótica, para tomar una respiración "completa", pero sin una dificultad para respirar subyacente genuina. "Desaparecía" en el momento en que me distraía y comenzaba a hacer algo más que concentrarme en mi respiración.
- La capacidad de dormir profundamente de manera constante, algo que nunca había conocido en toda mi vida.
- La eliminación **completa** de la tos crónica (que se había reducido en gran medida pero no eliminado por completo con el protocolo de nebulización de peróxido de hidrógeno); familiares y amigos cercanos acababan de aceptar mi "necesidad" de toser cientos de veces al día, incluso en ausencia de cualquier infección respiratoria aguda. En realidad, es el regreso mínimo del deseo de toser (un síntoma "centinela") lo que me permite aumentar, generalmente temporalmente, el tamaño o la frecuencia de una dosis de cortisol con mi vitamina C.
- La eliminación de la necesidad de continuar con mi nebulización de forma regular, ya que la tos tendería a reaparecer si no se realiza al menos cada pocos días.
- La desaparición completa de años de sabor metálico en la garganta.
- Un aumento llamativo de la energía, sin necesidad ni ganas de dormir la siesta
- Una disminución sorprendente en el pulso y una estabilización de la presión arterial a menudo elevada (el pulso de 80 a 90 ahora baja hasta 60; la presión arterial pasa de 80 a 90 diastólica a 60 a 70)
- La resolución completa de la acidez estomacal y el ácido estomacal, presentes durante muchas décadas con una enorme ingesta diaria de bicarbonato de sodio para el alivio, junto con otros agentes.
- Una mejora en la sensibilidad al calor y al frío de larga data, junto con una disminución dramática en la aparición de lo que habían sido sudores nocturnos diarios presentes durante los últimos 8 años más o menos.
- Una disminución significativa en el dolor lumbar crónico presente durante muchos años.
- La pérdida de una tendencia a estar deprimido
- La pérdida completa de los antojos de azúcar, con muy poco deseo de consumir dulces, incluso cuando están fácilmente disponibles. Todavía me maravillo de la desaparición de esta "obsesión" de toda la vida.

Insuficiencia suprarrenal/cortisol: la pandemia no reconocida

Al darse cuenta de que la mayoría de las personas mayores pierden la capacidad de producir cantidades adecuadas de hormonas sexuales o de la hormona tiroidea, se hizo lógicamente evidente, junto con la información reportada en el libro del Dr. Jefferies, que la gran mayoría de los adultos finalmente llegan a un punto en el que ya no son capaces de producir suficiente cortisol, ya sea en reposo o después del estrés, para mantenerse saludables. Y como con cualquier deficiencia hormonal, puede ser de mínima a severa, dependiendo del individuo. Con mi variedad de síntomas, parecía que mi deficiencia había sido sustancial durante la mayor parte de mi vida y posiblemente bastante grave durante los últimos 30 años.

La pérdida completa de la síntesis y secreción de cortisol por parte de las glándulas suprarrenales se conoce como enfermedad de Addison. La terapia de cortisol de reemplazo completo, que podría requerir tanto como 40 mg de hidrocortisona al día en dosis divididas, puede permitir que estas personas lleven una vida normal. Sin embargo, sin dicha terapia de reemplazo, la muerte sobrevendrá muy rápidamente, ocurriendo a menudo en el contexto de una infección rápida y abrumadora, generalmente viral.

Como se discutió en el artículo de OMNS del 11 de diciembre de 2022 citado anteriormente, se puede hacer un diagnóstico de trabajo de cierto grado de fatiga suprarrenal/insuficiencia de cortisol cuando contrae una infección respiratoria pero no puede resolverla en un día o menos. Los síntomas clásicos de la gripe aguda, por ejemplo, son esencialmente **idénticos** a los síntomas de una deficiencia profunda de secreción de cortisol en el cuerpo. Sin embargo, cuando tiene suficiente vitamina C y cortisol presente, simplemente no (o más precisamente, **no puede**)) contraer una infección viral. Y si está sujeto a una gran exposición viral abrumadora, solo tendrá síntomas leves que se resolverán rápidamente. Como regla general, permanecer enfermo con un resfriado, gripe o COVID durante varios días se ve con fatiga suprarrenal leve. Sin embargo, cuanto más tiempo permanezca la infección, mayor será el grado de insuficiencia de cortisol que se puede esperar que esté presente.

Básicamente, los patógenos que causan enfermedades siempre están presentes, y la capacidad de mantener niveles normales de vitamina C dentro de las células del cuerpo (y el tracto respiratorio) es lo que nos mantiene bien y a los patógenos a raya. Cuando esta capacidad se ve comprometida, siempre se producen infecciones y, finalmente, seguirán enfermedades crónicas.

Por supuesto, la única forma de poder tomar una terapia de cortisol de apoyo con su vitamina C es tener un médico integrador dispuesto a trabajar con usted. Si encuentra un médico que esté abierto a dicho protocolo, no dude en enviarme un correo electrónico: televymd@yahoo.com.

(El cardiólogo y abogado Thomas E. Levy es editor colaborador del Servicio de noticias de medicina ortomolecular. El Dr. Levy se desempeña como consultor de LivOn Labs).

La Medicina Nutricional es la Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>