

## **PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**

**Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 1 de mayo de 2012**

### **Soluciones Rápidas Frente a Soluciones Nutricionales Reales Comentario de Ralph Campbell, MD**

(OMNS 1 de mayo de 2012) Es tan fácil aceptar el alboroto de la "medicina" y las medicinas que "curarán" enfermedades y su superioridad sobre el tedioso y disciplinado acto de cuidar su cuerpo en primer lugar. Cuando aparece una enfermedad, la medicina puede parecer más apropiada que seguir un cambio correctivo saludable en el estilo de vida.

Las representaciones televisivas y de otros medios de nuevas drogas y "avances médicos" tienen un gran atractivo para quienes buscan un atajo. Especialmente cuando dan consejos anticuados y engorrosos que promocionan una buena nutrición y suplementos vitamínicos.

Además de los productos farmacéuticos, la cirugía juega un papel importante en la campaña de relaciones públicas de la "medicina". Junto con la "imagenología" altamente técnica que la acompaña y el hecho de que la mayoría de los procedimientos quirúrgicos y las pruebas que los acompañan están cubiertos por el seguro médico, se pinta una imagen convincente para la "solución rápida".

Recientemente, en las noticias de la noche de televisión, vi un ejemplo clásico (y repugnante). Aquí está su remate. "¿Por qué los obesos que sufren de diabetes tipo 2 en la televisión deben soportar todo el galimatías de perder peso de forma lenta, cuando pueden someterse a una cirugía bariátrica?" Esto se basó en un estudio de la Clínica Cleveland [1]. Las personas obesas con diabetes se dividieron en 3 grupos: dos tipos diferentes de cirugía gástrica y el grupo de control que solo tenía tratamiento *médico*. En la sesión de seguimiento, los eruditos de la Clínica, vestidos con batas blancas de laboratorio, asintieron con la cabeza en acuerdo de que poner la diabetes en *remisión* [un término generalmente reservado para describir el tratamiento "exitoso" del cáncer] fue realmente *asombroso*.

He descubierto que la fuente habitual de noticias médicas para las noticias de televisión de la noche se obtiene de Medscape (un sitio web exclusivo para médicos). Pero de alguna manera, los locutores de noticias obtienen sus "primicias" el día antes que yo. Efectivamente, el estudio de avance de la Clínica Cleveland llegó a mi computadora a la mañana siguiente.

Se seleccionaron 150 individuos obesos para este estudio y se colocaron en uno de tres grupos. Dos tipos diferentes de procedimientos quirúrgicos gástricos formaron los dos primeros grupos; siendo el tercero el grupo de control. Aquellos en el grupo de control recibieron "terapia médica individualizada y una dieta estrictamente monitoreada y una intervención de estilo de vida (ejercicio)". No se mencionó en qué consistía la dieta monitoreada, la intensidad del ejercicio o las tasas de cumplimiento.

En poco tiempo, los pacientes quirúrgicos obtuvieron resultados "espectaculares" en cuanto al control de la diabetes. Pero esos individuos obesos no se volvieron así de la noche a la mañana. Por una razón u otra, su dieta debe haber incluido demasiadas calorías y poco ejercicio. No se nos dice en qué momento se entretuvo la intervención con medicamentos de control de glucosa débiles o cuestionablemente efectivos, control de la dieta y ejercicio. Tampoco nos dijeron cuánto tiempo se quedaron con el programa antes de ceder ante la aceptación de la cirugía.

El estudio plantea una pregunta: ¿por qué, a largo plazo, la cirugía bariátrica debería ser mejor para mejorar la diabetes que seguir una dieta adecuada y hacer ejercicio? Ambos métodos producirán pérdida de peso (grasa) y, con un pequeño movimiento corporal, cambiarán algunos receptores de insulina de las células grasas a los músculos. Prestar atención continua a la dieta y el ejercicio y el alto nivel de autodisciplina que permite seguir el programa, que debería haber sido requerido antes de la operación, será igualmente necesario después de la operación. Muy probablemente, para alguien en esta preocupante condición, ahora es un momento oportuno para aceptar el valor de cantidades óptimas de vitaminas y tomar en serio los detalles de lo que constituye una dieta verdaderamente buena.

En estos estudios no se enfatizan los escollos a corto plazo, como las complicaciones quirúrgicas. Pero las complicaciones a largo plazo, que resultan de una superficie de revestimiento del estómago absorbente y secretora muy disminuida, deben ser monitoreadas cuidadosamente. El metabolismo del magnesio, calcio y oligoelementos esenciales depende fundamentalmente del ácido clorhídrico gástrico adecuado. Cualquier cirujano que sea más que un técnico debe ser consciente de las consecuencias de la deficiencia de vitamina B12 y de su responsabilidad de informar al paciente. Seguramente a los candidatos a la cirugía se les informa, de antemano, de la necesidad de comidas pequeñas, frecuentes y bien planificadas. Las consecuencias a largo plazo de dicho tratamiento quirúrgico son graves y, si el estilo de vida no se modifica adecuadamente, puede poner en peligro la vida. Por lo tanto, me desconcierta que aquellos que contemplan esta cirugía,

Sería más honesto, y más justo para los profesionales médicos involucrados, exponer a la audiencia de televisión a todo el estudio en lugar de esta presentación de verdad a medias. Este es un escenario de tortuga y liebre. La tortuga, en este caso la que modifica el estilo de vida con una excelente alimentación, es definitivamente la vencedora.

*(Ralph Campbell, MD, es un pediatra certificado por la junta y defensor de la medicina nutricional durante toda su vida. Es coautor de The Vitamin Cure for Children's Health Problems, y es un agricultor de huertas activo a los 85 años).*

#### **Referencias:**

1. Schauer PR, Kashyap SR, Wolski K, Brethauer SA y col. (2012) Cirugía bariátrica versus terapia médica intensiva en pacientes obesos con diabetes. N Engl J Med 2012; 366: 1567-1576

## **La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular**

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