

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 27 de enero de 2014

No Tomar Suplementos Causa Aborto Espontáneo, Problemas de Parto, Mortalidad Infantil

Por Andrew W. Saul, Editor

(OMNS 27 de enero de 2014) Es simplemente increíble lo que se le ha dicho a la gente sobre las vitaminas. Ahora la prensa está tratando de alejar a las mujeres de los suplementos prenatales. (1,2) No lo viste venir, ¿verdad?

Varios amigos que trabajan como misioneros me preguntaron si los suplementos de vitamina C ayudarían a los pueblos indígenas con los que trabajan en las selvas tropicales de América del Sur. Como creo que el C suplementario es valioso para todos los seres humanos, dije "sí". Lo sacaron de allí, y durante años han estado dando dosis de varios miles de miligramos de ácido ascórbico en polvo a los nativos diariamente. El resultado es que las tasas de aborto espontáneo y mortalidad infantil se han desplomado.

La Vitamina C Protege a la Madre y al Bebé

Lejos de ser un abortivo, la vitamina C de hecho ayuda a mantener un embarazo saludable desde el principio. El pediatra Lendon Smith, MD, conocido por la audiencia televisiva en todo el país como "El médico de los niños", dijo lo siguiente: "La vitamina C es nuestra mejor defensa y todos deberían tomarla *incluso antes del nacimiento*. Tres mil mg diarios para la mujer embarazada es un comienzo. El bebé debe recibir 100 mg por día por mes de edad".

Durante siglos, la hemorragia posparto fue una de las principales causas de muerte durante el parto. La hemorragia ocurre muy a menudo en pacientes escorbúticos (deficientes en vitamina C). (3) La dosificación óptima de vitamina C previene la hemorragia y salva la vida de las mujeres. Una forma de hacerlo es fortaleciendo las paredes de los vasos sanguíneos grandes y pequeños del cuerpo.

"Los efectos nocivos se han atribuido erróneamente a la vitamina C, incluida la hipoglucemia, el escorbuto de rebote, la infertilidad, la mutagénesis y la destrucción de la vitamina B (12). Los profesionales de la salud deben reconocer que la vitamina C no produce estos efectos". (Levine M et al, Journal of the American Medical Association, 21 de abril de 1999. Vol 281, No 15, p 1419)

El Dr. Frederick R. Klenner, MD, administró dosis muy grandes de vitamina C a más de 300 mujeres embarazadas y no informó prácticamente ninguna complicación en ninguno de los embarazos o partos (4). De hecho, las enfermeras de los hospitales de Reidsville, Carolina del Norte, señalaron que los bebés más sanos y felices eran los "bebés con vitamina C". Abram Hoffer, MD, ha informado de manera similar que ha observado una ausencia total de defectos de nacimiento en los bebés nacidos de sus futuras madres que toman vitamina C.

Específicamente, Klenner dio:

(1) 4,000 mg al día durante el primer trimestre (primeros tres meses de embarazo)

(2) 6,000 mg al día durante el segundo trimestre

(3) 8,000 a 10,000 mg cada día durante el tercer trimestre

Algunas mujeres recibieron 15.000 mg al día durante el tercer trimestre. **No hubo abortos espontáneos en todo este grupo de 300 mujeres.**

Klenner administró inyecciones de "refuerzo" de vitamina C al 80% de las mujeres al ingresar en el hospital para dar a luz. Pero solo con vitamina C suplementaria oral, los resultados fueron maravillosos. Primero, el trabajo de parto fue más corto y menos doloroso. (La madre de mis hijos, con sus tiempos de parto de 2 h 45 min y 1 h 45 min, puede confirmar esto). En segundo lugar, las estrías rara vez se veían. (Sí, también puedo dar fe de esto). En tercer lugar, no hubo hemorragias posparto en absoluto. Y no hubo manifestaciones tóxicas ni problemas cardíacos. Entre los pacientes de Klenner se encontraban los cuatrillizos de Fultz, que en ese momento eran los únicos cuatrillizos del sureste de Estados Unidos que habían sobrevivido.

La vitamina C incluso ayuda con la concepción. La suplementación con vitamina C aumenta la producción de esperma. En un estudio de la Universidad de Texas, se manifestaron más espermatozoides, espermatozoides más fuertes y mejores espermatozoides nadadores en solo **cuatro días**, a dosis de 1000 mg diarios de C. Y esto se sabe desde hace más de 30 años; se informó por primera vez en *Medical Tribune*, 11 de mayo de 1983. (5)

Sexo: ¿Otra Razón Para tomar Suplementos de Vitamina C?

Un ensayo aleatorio, doble ciego, controlado con placebo de 14 días de 3.000 mg por día de vitamina C informó una mayor frecuencia de relaciones sexuales. El grupo de vitamina C (pero no el grupo de placebo) también experimentó una disminución en las puntuaciones de depresión de Beck. Probablemente esto se deba al hecho de que la vitamina C "modula la actividad catecolaminérgica, disminuye la reactividad al estrés, se acerca a la ansiedad y la liberación de prolactina, mejora la función vascular y aumenta la liberación de oxitocina. Estos procesos son relevantes para el comportamiento sexual y el estado de ánimo". (6)

La vitamina C suplementaria también es buena para conejos que se reproducen rápidamente y peces fabulosamente fértiles. (7,8) Y lo extraño aquí es que los peces y los conejos producen su propia vitamina C, dentro de sus cuerpos, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Los humanos no lo hacen y no pueden. Si los animales que producen vitamina C se benefician de más, entonces las personas que no pueden producir C (y todos nosotros) se beneficiarán más.

La Suplementación con Vitamina E Previene el Aborto Espontáneo

Esto es bien conocido desde hace casi 80 años.

"1922 fue el año en que se formó la URSS y Alexander Graham Bell murió. Y fue el año en que HM Evans y KS Bishop descubrieron la vitamina E. En 1936, el equipo de Evans aisló el alfa tocoferol del aceite de germen de trigo y la vitamina E fue comenzando a ser ampliamente apreciado, y las consecuencias de la deficiencia más conocidas. Health Culture Magazine de enero de 1936 dijo: "El factor alimenticio para la fertilidad ahora se llama vitamina E. La futura madre requiere vitamina E para asegurar el transporte de su carga a un nivel completo. y término natural. Si su dieta es deficiente en vitamina E, la mujer es muy propensa a abortar. Es más difícil asegurar un suministro abundante de vitamina E en la dieta promedio diaria que asegurar un suministro adecuado de cualquier otra vitamina conocida".

"Ya en 1931, Vogt-Moller de Dinamarca trató con éxito el aborto habitual en mujeres humanas con aceite de germen de trigo vitamina E. En 1939 había tratado a varios cientos de mujeres con una tasa de éxito de aproximadamente el 80%. En 1937, tanto Young en Inglaterra como Los Shutes de Canadá también informaron sobre el éxito en la lucha contra la amenaza de aborto y las toxemias del embarazo. El análisis estadístico de 1940 de AL Bacharach de los resultados clínicos publicados "muestra bastante definitivamente que la vitamina E es valiosa en los abortos recurrentes".

"Sin embargo, cuando los MDR (requisitos mínimos diarios) se publicaron por primera vez en 1941, no se mencionó la vitamina E. No fue hasta 1959 que la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. Reconoció la vitamina E como necesaria para la existencia humana, y no hasta 1968 que se emitiría cualquier recomendación del gobierno para la vitamina E". (9)

Tomar vitamina E suplementaria (al menos 200 UI y quizás 400 UI diarias) reduce en gran medida la posibilidad de aborto espontáneo. Al final de la Segunda Guerra Mundial, ya había docenas de estudios médicos que lo confirmaban. (10)

Vitaminas Vitales Para el Embarazo

Las vitaminas dan a luz bebés más sanos. Las primeras semanas de embarazo son especialmente cruciales para el desarrollo del embrión. Sin embargo, muchas mujeres solo comienzan a comer bien y a tomar los suplementos vitamínicos necesarios una vez que saben que están embarazadas. Esto es semanas o incluso meses demasiado tarde. Las necesidades nutricionales aumentan durante el embarazo. Incluso las RDA son más altas. Esto puede ser obvio para usted, pero muchas mujeres comen dietas realmente pobres en general. Luego, en un vano intento de "obtener toda la nutrición que necesitan de una dieta balanceada" mientras "comen para dos", tienden a comer más de esa misma mala dieta. Decirles que no tomen suplementos prenatales es una auténtica tragedia, por la que los medios de comunicación y las profesiones médicas no pueden ser excusados fácilmente.

Uno solo puede preguntarse por qué los medios de comunicación continuamente y repetidamente ni siquiera mencionan cómo los suplementos vitamínicos benefician a la madre y al bebé. Esto es lo que se perdieron:

- Si **realmente** desea evitar abortos espontáneos y defectos de nacimiento, evite los medicamentos de todo tipo, recetados y de venta libre. Evite el alcohol, los cigarrillos y todos los medicamentos menos los más esenciales.
- Las vitaminas son más seguras, mucho más seguras que cualquier medicamento. Una dieta realmente buena, debidamente complementada con un multivitamínico diario más cantidades adecuadas de otras vitaminas, contribuirá en gran medida a proteger a la madre y al bebé.

(Andrew W. Saul fundó el Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular a pedido de los Drs. Abram Hoffer y Hugh Riordan. OMNS está celebrando su décimo año de publicación continua, de libre acceso y revisada por pares. Parte del texto de este artículo ha aparecido anteriormente en los libros de Andrew W. Saul ¡Doctor usted mismo y Despida a su médico! Ese material con derechos de autor se reimprime aquí con el permiso del autor y Basic Health Publications, Inc.)

Referencias:

1. <http://www.dailymail.co.uk/health/article-2546477/Taking-multivitamins-raise-risk-miscarriage-Mothers-jected-lose-baby-taking-supplements-six-weeks-conception.html>
2. <http://ije.oxfordjournals.org/content/early/2014/01/21/ije.dyt214.abstract>
3. <http://www.doctoryourself.com/mccormick.html>
4. <http://www.doctoryourself.com/klennerpaper.html> Ver también: Stone, I. (1972) The Healing Factor. Nueva York: Grosset y Dunlap. Capítulo 28. <http://vitaminfoundation.org/stone/>
5. <http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=386823> Véase también: Dawson EB, Harris WA, Rankin WE, Charpentier LA, McGanity WJ. Efecto del ácido ascórbico sobre la fertilidad masculina. Ann NY Acad Sci. 1987; 498: 312-23. PMID: 3476000 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3476000> ; y: Dawson EB, Harris WA, Teter MC, Powell LC. Efecto de la suplementación con ácido ascórbico sobre la calidad del esperma de fumadores. Fertil Steril. Noviembre de 1992; 58 (5): 1034-4)
9. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1426355> .
6. Brody S. El ácido ascórbico en dosis altas aumenta la frecuencia de las relaciones sexuales y mejora el estado de ánimo: un ensayo clínico controlado aleatorio. Biol Psychiatry, 15 de agosto de 2002; 52 (4): 371-4) <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12208645>

7. Yousef MI, Abdallah GA, Kamel KI. Efecto de la suplementación con ácido ascórbico y vitamina E sobre la calidad del semen y los parámetros bioquímicos de conejos machos. Anim Reprod Sci. 2003. PMID: 12559724 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12559724>
8. Ciereszko A, Dabrowski K. La calidad del esperma y la concentración de ácido ascórbico en el semen de la trucha arco iris se ven afectadas por la vitamina C de la dieta: un estudio a lo largo de la temporada. Biol Reprod. 1995. PMID: 7626724 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7626724>
9. Saul AW. Vitamina E: una cura en busca de reconocimiento, por Andrew W. Saul. Reimpreso con permiso del Journal of Orthomolecular Medicine, 2003; 18: 3-4, pág. 205-212. <http://orthomolecular.org/library/jom/2003/pdf/2003-v18n0304-p205.pdf>
10. Bicknell F y Prescott F. (1953) Las vitaminas en medicina, tercera edición. William Heinemann Medical Books Ltd. <http://www.worldcat.org/title/vitamins-in-medicine/oclc/8581908/editions?referer=di&editionsView=true>

Más sobre la historia de la suplementación con vitaminas durante el embarazo:

Terapia de megavitamina C con vitamina C del Dr. FR Klenner: <http://www.doctoryourself.com/klennerpaper.html> y http://www.doctoryourself.com/klenner_table.html

Caso HS. Vitaminas y embarazo: la verdadera historia. Publicaciones básicas de salud, CA. En prensa.

Hillemann, HH (1961) "El espectro del defecto congénito, experimental y clínico" Revista de nutrición aplicada 14: 1, 2.

Smith, L., ed. (1988) Guía clínica para el uso de vitamina C: Las experiencias clínicas de Frederick R. Klenner, MD Tacoma, WA: Life Sciences Press. http://www.whale.to/a/smith_b.html y http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/198x/smith-lh-clinical_guide_1988.htm

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>