

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 31 de julho de 2020

C é para crianças

e muito também

Comentário de Theo Farmer

(OMNS, 31 de julho de 2020) Como você inspira seus filhos a tomar a quantidade certa de vitamina C várias vezes ao dia? Aprendendo essa verdade simples bem cedo na vida e adotando a "prática do ascorbato" correta, as crianças têm a melhor chance de desenvolver todo o seu potencial e viver uma vida livre de doenças. Que presente poderoso para dar ao seu filho! Mas como tornar mais fácil para uma criança abraçar a prática diária do ascorbato pelo resto da vida? E quantas crianças que entendem o poder da vitamina C são necessárias para mudar o mundo?

Mais importante agora do que nunca

O poder de atingir o nível correto de vitamina C em seu corpo diariamente é notícia velha. Tem mais de 50 anos, mas não é "notícia". O que é "notícia" no momento é a "crise" da COVID. Mas é uma crise exagerada para as pessoas que entendem a necessidade humana de vitamina C e que tomam megadoses diariamente. Os ortomoleculares podem fazer "C através dele". Eles têm um conhecimento comprovado sobre a vitamina C: seus próprios corpos são a prova disso. É um entendimento que os torna imunes ao medo de vírus.

Em seu livro de 1970 intitulado "Vitamina C e o resfriado comum", o duplo Prêmio Nobel Linus Pauling incluiu um capítulo comparando drogas à vitamina C. [\[1\]](#) Esse capítulo conclui com esta declaração ousada: "Em vez do aviso: MANTENHA ESTE MEDICAMENTO FORA DO ALCANCE DAS CRIANÇAS! Transportados por remédios para resfriado, acho que eles deveriam dizer MANTENHA ESTE MEDICAMENTO FORA DO ALCANCE DE TODOS! USE ÁCIDO ASCÓRBICO EM VEZ. "

Esse foi um texto duplo ganhador do Nobel há 50 anos.

Pauling tinha a confiança de que poderia mudar o mundo. Seu segundo prêmio Nobel foi o prêmio Nobel da paz. Ele o ganhou por seu papel em mudar o mundo para melhor. Ele e sua esposa foram fundamentais para proibir todos os testes de armas nucleares terrestres. No entanto, a ciência que compilou em seu livro de 1970 - que poderia mudar o mundo médico - está longe do conhecimento comum 50 anos depois. Na verdade, se você perguntar a qualquer pessoa na rua se ela sabe quem foi Linus Pauling, muito poucos o fazem. Então o que aconteceu?

Melhor começar cedo

Começando quando eu tinha uns 2 ou 3 anos de idade, meus pais costumavam ler um livro para me ensinar que comer ovos verdes e presunto pode parecer uma má ideia, mas às vezes vale a pena tentar coisas que desafiam nossas noções preconcebidas. Era um conceito complexo, muito mais complicado do que o que eu precisava saber sobre a vitamina C, mas

essa lição foi introduzida em mim por meio de um livro infantil, e essa lição me serviu bem. O personagem do Dr. Seuss chamado "Sam I Am" ensinou a todos nós esta valiosa lição com as palavras: "Você não gosta deles, então você diz. Experimente, experimente e você pode. Experimente, e você pode, eu dizer." [\[2\]](#)

Eu ainda conheço aquela rima simples que dá forma à vida. Aplicá-lo aos alimentos é uma coisa. Aplicá-lo a pensamentos e crenças estabelecidos é outra e pode ser a chave para resolver muitos problemas na vida. Mas, como eu poderia ter aprendido um conceito tão complexo na década de 1960 e, ainda assim, quando criança, não aprendi a verdade muito simples sobre minha necessidade de megadose de vitamina C para manter uma saúde ótima? Além disso, como foi que ganhei o bacharelado universitário em ciências com honras em 1983, e ainda assim nunca aprendi que virtualmente todos os mamíferos, exceto primatas, produzem megadoses de vitamina C internamente o dia todo [\[3\]](#) ?

Minha própria história

Minha história pode ser vista como um cenário de pior caso no que diz respeito a essas duas questões. Veja, eu fui criado em Oregon, o local de nascimento de Linus Pauling, fui educado na Universidade Estadual de Oregon, onde todas as pesquisas de Linus Pauling foram sequestradas e o Instituto Linus Pauling reside. Portanto, a simples questão de por que eu não sabia nada sobre o poder da megadose vitamina C na década de 1980 me leva a alguns becos muito escuros.

Meu primeiro filho, nascido em 1984, desenvolveu um tumor cerebral aos 7 anos. Meu segundo filho, nascido em 1986, estava totalmente incapacitado com "paralisia cerebral". Essas décadas foram um borrão de confusão intrincada e um despertar sobre o nosso mundo. Sem entender a vitamina C, eu estava aprendendo muitas verdades sombrias sobre a indústria do câncer, governo, indústria farmacêutica, indústria de seguros, indústria agrícola e indústria alimentícia.

O mundo que Linus Pauling tentou mudar em 1970 acabou sendo um mundo muito sombrio para eu criar minha família, e o fato de não entender a vitamina C agravou minha situação. Onde Pauling teve sucesso em interromper os testes nucleares acima do solo, ele acabou falhando em ensinar até mesmo os humanos mais educados, em massa, sobre sua necessidade diária de doses frequentes de vitamina C. Então, aqui estamos, 50 anos depois, com um falso crise chamada COVID agora domina a vida de todos.

Por volta de 2003 ou 2004, links na Internet me ajudaram a encontrar papéis do Dr. Robert Cathcart e do Dr. Frederick Klenner e de outros pioneiros da vitamina C no site [doctoryourself.com](#). [\[4,5\]](#) Comecei a estudar vitamina C, fazendo experiências em mim e, com a permissão dela, em minha esposa e em seu cavalo. Aprendi sobre minha tolerância intestinal ao ácido ascórbico e todos os incríveis benefícios para mim, minha esposa e seu cavalo. Os resultados dramáticos experimentados por mim e minha esposa (e mais tarde nossos netos bebês com vitamina C) foram um despertar brilhante e rude.

Pensamento tribal

Desenvolvi um entusiasmo extremo por essas "verdades recém-descobertas", apenas para enfrentar outro rude despertar: o que era uma verdade simples e transformadora para mim

se deparou com uma dinâmica poderosa que agora entendo ser "pensamento tribal" nas outras pessoas com quem falei para. Alguns adultos e jovens poderiam ser convencidos, mas o resultado final do pensamento tribal é que a maioria dos adultos invariavelmente resiste à verdade sobre a vitamina C.

Os humanos, ao que parece, apesar da lição dos ovos verdes do Dr. Seuss para questionar nossos preconceitos, são em sua maioria pensadores tribais quando se tornam adultos. Poucos adultos estão dispostos a descartar padrões estabelecidos de pensamento e vida. Nossos corpos e mentes adultos são máquinas de vício, conectadas para repetir velhos padrões diariamente. Os pensadores tribais, a maioria dos humanos, se sentem ameaçados quando você lhes traz a verdade que pode destruir sua visão de mundo, e seus cérebros literalmente bloqueiam sua mensagem. Eu imagino que todo ortomolecular já experimentou a queda do pensamento tribal em algum nível, quando eles tentaram contar a amigos adultos, familiares e conhecidos sobre megadose de vitamina C. A mente adulta, solidificada no pensamento tribal e nas práticas tribais, geralmente não é receptiva às informações. A verdade sobre a vitamina C é muito simples e, se verdadeiro, isso quebraria sua visão de mundo, por isso é filtrado consciente ou subconscientemente. Simplesmente não é permitido. Forças poderosas com fins lucrativos se opõem a ele.

Compreendendo a alta dose C

Se você der uma olhada um pouco diferente na brilhante pesquisa clínica do Dr. Cathcart descrita em seu artigo de 1981 "titulação para tolerância intestinal", [\[3\]](#) você pode encontrar duas conclusões muito claras, mas não escritas:

1. A indústria de laxantes não é necessária (apenas a megadose vitamina C).
2. Se você não tomar vitamina C suficiente quando estiver doente, nada acontecerá.

A primeira conclusão pode elucidar a motivação por trás das forças do lucro. Só a indústria de laxantes de venda livre nos Estados Unidos supera a receita de US \$ 1 bilhão a cada ano. [\[6\]](#) A enorme imensidão (sem trocadilhos) desse número (sem incluir o resto do mundo e os laxantes prescritos) fala às titânicas forças movidas pelo lucro que a vitamina C ameaça. No entanto, a perda potencial de receita pela indústria de cocô é apenas um ponto tangencial.

A segunda conclusão é simples e mais importante para as forças do lucro: a vitamina C é fácil de marginalizar: simplesmente convença as pessoas a ingerir menos em um determinado dia do que a quantidade que é eficaz.

O trabalho de Cathcart nos mostra que, ao tomar vitamina C *suficiente*, podemos aliviar os sintomas de doenças e otimizar a saúde. Ao mesmo tempo, ele nos mostra que, se não tomarmos o suficiente, nada dramático acontecerá. A razão para isso é que nossos corpos usam a vitamina C em taxas diferentes, dependendo do nível de estresse experimentado. Quando o nível de vitamina C no corpo diminui, nosso corpo fica inflamado e ficamos suscetíveis a infecções. Para dias normais com apenas um estresse mínimo, os adultos podem precisar de apenas 2.000 a 6.000 mg por dia, administrados em doses divididas. As crianças precisarão de menos, totalizando ~ 1.000 mg por dia por ano de idade, também ingeridos em doses divididas. Mas quando estamos estressados, por exemplo, nos

recuperando de uma cirurgia ou quando infectados com um vírus, podemos precisar de 10 vezes essa quantidade - 1.000 mg por hora ou mais. [7]

Ataques à vitamina C

Se você quiser fazer parte do clube com fins lucrativos, diga às pessoas mentiras como "ascorbato é apenas uma vitamina", "tome mais de 500 mg de vitamina C e urine para fora; urina cara", "ascórbico o ácido é sintético e não é o mesmo que a vitamina C de alimentos integrais, "" a vitamina C causa pedras nos rins ", " a vitamina C causa aborto espontâneo ", " a vitamina C esgota outras vitaminas e minerais. " E, claro, há a afirmação do governo de que os humanos ficarão bem se tomarem 90 mg de vitamina C por dia.

Todos esses, e outros mitos e mentiras, apóiam o status quo que Linus Pauling estava ameaçando com seu pequeno livro de 1970. Os mitos são altamente eficazes, senão reconfortantes, para o pensador tribal que não quer considerar que as mensagens das fontes de mídia confiáveis da tribo, do governo e da indústria podem ser propaganda. Compreender totalmente a verdade acabaria por destruir seu lugar na tribo, e eles investiram pesadamente em serem membros bons e confortáveis de sua tribo escolhida. Portanto, o cérebro de um adulto, normalmente, mas nem sempre, tem a capacidade de bloquear qualquer informação que ameace seu estilo de vida na tribo escolhida.

As crianças precisam ser cuidadosamente ensinadas

A mente da criança é diferente. Eles acabaram de chegar aqui e ainda estão aprendendo a que tribo pertencem. Sua visão de mundo está se formando e eles são receptivos a todos os tipos de lições, incluindo as lições do Dr. Seuss sobre como questionar noções preconcebidas.

Muitas vezes me perguntei como minha vida teria sido diferente, como o mundo teria sido diferente, se "Green Eggs and Ham", do Dr. Seuss [2], tivesse dividido o espaço em minha estante com um livro infantil igualmente colorido de autoria de um forma divertida pelo Dr. Pauling [1] ou Dr. Stone [8] ou Dr. Klenner [5] ou Dr. Cathcart. [4] Teria me ensinado sobre minha necessidade, a necessidade de minha futura esposa grávida e a necessidade de meus filhos de ingestão diária de megadose de vitamina C pronto para tomar minha próxima dose de vitamina C com entusiasmo. Posso imaginar uma vida realmente boa para uma criança que teve essa informação treinada desde o início.

A lição "tome vitamina C suficiente para ficar livre de sintomas, qualquer que seja essa quantidade", declarada frequentemente por nosso Editor-chefe, é um livro infantil fácil. E, o fato é que se uma criança começa como um bebê de vitamina C (por Klenner), é suplementado como um bebê frequentemente todos os dias e, em seguida, aprende a tomar gramas de vitamina C várias vezes ao dia, todos os dias, e muito mais quando doentes, eles crescem com o potencial de criar um mundo muito diferente do mundo em que vivemos agora. Irwin Stone os chamou de "homo-sapiens ascorbicus, um mutante humano robusto" [7] e essa é exatamente a tribo mutante que tem o poder de mudar as coisas.

Uma lição simples, apresentada corretamente aos nossos filhos, enquanto suas mentes estão receptivas a fazer parte da tribo ortomolecular que Pauling começou, pode ser o que for preciso para tornar o mundo um lugar muito melhor daqui a 50 anos.

(Theo Farmer opera Helios Farms em Oregon, uma cooperativa agrícola que emprega ciência ortomolecular para seu gado. Ele é o autor de Buttercup, Me and Vitamin C, um livro infantil ortomolecular que está disponível para download em pdf gratuito em <http://www.hfpma.online/shop>.)

Referências

1. Pauling L (1976) Vitamina C, o resfriado comum e a gripe. Berkley Pub. ISBN-13: 978-0425048535
2. Seuss D (1960) Green Eggs and Ham. Livros para iniciantes / Random House. ISBN-13: 978-0394800165.
3. Wendell O. Belfield, DVM e Irwin Stone, PCA Megascorbic Prophylaxis and Megascorbic Therapy: A New Orthomolecular Modality in Veterinary Medicine. J International Acad Preventive Medicine. 2: 10-26. https://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/197x/belfield-w-j_int_assn_prev_med-1978-v2-n3-p10.htm
4. Cathcart RF (1981) Vitamin C, titulação para tolerância intestinal, anascorbemia e escorbuto agudo induzido. Medical Hypotheses, 7: 1359-1376. <http://www.doctoryourself.com/titration.html>
5. Klenner FR (1971) Observations On the Dose and Administration of Ascorbic Acid When Employed Beyond the Range Of A Vitamin In Human Pathology. J Applied Nutrition 23: 3,4. <http://doctoryourself.com/klennerpaper.html> .
6. Statista (2020) Receita OTC de laxantes nos Estados Unidos de 2016 a 2019. <https://www.statista.com/statistics/506583/otc-revenue-of-laxatives-in-the-us>
7. Klenner, FR. Um nível terapêutico de suplementação de vitamina C conforme empregado por F.R. Klenner, MD, de "The Significance of High Daily Intake of Ascorbic Acid in Preventive Medicine", p. 51-59, Physician's Handbook on Orthomolecular Medicine, Third Edition, Roger Williams, PhD, ed. http://doctoryourself.com/klenner_table.html
8. Saul AW. Irwin Stone: inovador e educador ortomolecular. <http://www.doctoryourself.com/stone.html> .

Medicina nutricional é medicina ortomolecular

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