

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 27 de fevereiro de 2007

23 ANOS DE SEGURANÇA DE VITAMINA DOCUMENTADA

(OMNS, 27 de fevereiro de 2007) Durante um período de vinte e três anos, as vitaminas foram relacionadas com a morte de um total de dez pessoas nos Estados Unidos. Estatísticas de controle de veneno confirmam que mais americanos morrem a cada ano por comer sabonete do que por tomar vitaminas.

Onde estão os corpos?

Uma revisão de 23 anos dos relatórios anuais do centro de controle de venenos dos Estados Unidos (1) conta uma história notável e amplamente ignorada: as vitaminas são extraordinariamente seguras.

Mortes anuais alegadas por vitaminas:

2005: zero
2004: dois
2003: dois
2002: um
2001: zero
2000: zero
1999: zero
1998: zero
1997: zero
1996: zero
1995: zero
1994: zero
1993: um
1992: zero
1991: dois
1990: um
1989: zero
1988: zero
1987: um
1986: zero
1985: zero
1984: zero
1983: zero

Os zeros não são devidos à falta de relatórios. A Associação Americana de Centros de Controle de Venenos (AAPCC), que mantém o banco de dados nacional dos EUA com informações de 61 centros de controle de venenos, observou que as vitaminas estão entre as 16 substâncias

mais relatadas. Mesmo incluindo o uso indevido intencional e acidental, o número de supostas mortes por vitaminas é surpreendentemente baixo, com média de menos de uma morte por ano por mais de duas décadas. Em 16 desses 23 anos, a AAPCC relata que não houve uma única morte devido às vitaminas.

Essas estatísticas incluem especificamente vitamina A, niacina (B-3), piridoxina (B-6), outro complexo B, C, D, E, "outras" vitaminas, como a vitamina K e várias vitaminas sem ferro. Os minerais, que são química e nutricionalmente diferentes das vitaminas, também apresentam um excelente histórico de segurança, mas não tão bons quanto as vitaminas. Em média, uma ou duas fatalidades por ano são tipicamente atribuídas ao envenenamento por ferro por overdose grosseira de ferro suplementar. As mortes atribuídas a outros minerais suplementares são muito raras. Mesmo o ferro, embora não seja tão seguro quanto as vitaminas, é responsável por menos mortes do que os detergentes para a roupa e louça.

Referências:

1. Relatórios anuais da American Association of Poison Control Centers 'National Poisoning and Exposure Database (anteriormente conhecido como Toxic Exposure Surveillance System). AAPCC, 3201 New Mexico Avenue, Ste. 330, Washington, DC 20016. Baixe qualquer relatório de 1983-2005 em <http://www.aapcc.org/annual-reports/> gratuitamente. A categoria "Vitamina" geralmente está perto do final do relatório.

Para 2005 https://aapcc.s3.amazonaws.com/pdfs/annual_reports/Clin-Tox_AAPCC_2005_Annual_Report.pdf

Para 2004 https://aapcc.s3.amazonaws.com/pdfs/annual_reports/AJEM_-_AAPCC_Annual_Report_2004.pdf

Para 2003 https://aapcc.s3.amazonaws.com/pdfs/annual_reports/AJEM_-_AAPCC_Annual_Report_2003.pdf

Para qualquer outro ano: <http://www.aapcc.org/annual-reports/>

A Medicina Nutricional também é conhecida como Medicina Ortomolecular

Linus Pauling definiu a medicina ortomolecular como "o tratamento de doenças pelo fornecimento de um ambiente molecular ótimo, especialmente as concentrações ótimas de substâncias normalmente presentes no corpo humano". A medicina ortomolecular usa terapia nutricional segura e eficaz para combater doenças. Para mais informações: <http://www.orthomolecular.org>

O Orthomolecular Medicine News Service, revisado por pares, é um recurso informativo sem fins lucrativos e não comercial.