

PARA SU PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 16 de diciembre de 2021

VITAMINA C ALTA DOSIS PARA LA ESPONDILITIS ANQUILOSA

El ascorbato, no la risa, es lo que curó a Norman Cousins

por Andrew W. Saul, Editor

OMNS (16 de diciembre de 2021) Pregunte a la mayoría de las personas sobre el poder curativo de la risa y la mayoría dirá: "¡Por supuesto!" La primera vez que el público en general se enteró fue en el libro de 1979 del editor de *Saturday Review*, Norman Cousins, *Anatomy of an Illness*. Norman Cousins lo describe como un clásico innovador y de mayor venta sobre cómo combatir enfermedades potencialmente mortales a través del humor y la participación del paciente en la atención ... Comenzó la revolución en pacientes que trabajaban con sus médicos y usaban el humor para fortalecer sus cuerpos. "capacidad de curación". [\[1\]](#)

Si bien Covid parece haber agotado la atención médica de gran parte de esa revolución (y todo el humor), este famoso libro permanece impreso. Incluso se convirtió en una película para televisión. [\[2\]](#)

Con todo eso, uno podría pensar que la profesión médica, a estas alturas, habría prestado más atención a lo que Cousins realmente hizo para curarse. El componente vital de la recuperación de Cousins fueron **las dosis extremadamente altas de vitamina C, administradas por infusión intravenosa**. [\[3\]](#) Pero es la actitud positiva y el humor los que típicamente obtienen el crédito por su recuperación de la espondilitis anquilosante, una artritis inflamatoria crónica.

Revertir esta grave condición no es cuestión de risa. Es muy importante resaltar el resto de la historia, la parte que está marginada o deliberadamente excluida de la mayoría de las discusiones médicas.

Cousins 'cuenta su decisión de usar altas dosis de vitamina C:

"Mi esperanza era comenzar con diez gramos (10,000 mg) y luego aumentar la dosis diaria hasta alcanzar los 25 gramos. Para saber si estábamos en el camino correcto, hicimos una prueba de sedimentación antes de la primera administración intravenosa de diez gramos de ácido ascórbico. Cuatro horas más tarde, hicimos otra prueba de sedimentación. Hubo una caída de nueve puntos completos. Rara vez había conocido tal júbilo. El ácido ascórbico estaba funcionando ... La fiebre estaba disminuyendo y el pulso ya no se aceleraba. Caminamos aumentar la dosis. El segundo día pasamos a 12,5 gramos de ácido ascórbico, al tercer día, 15 gramos, y así sucesivamente hasta el final

de la semana, cuando llegamos a los 25 gramos ... Al final del octavo día Pude mover mis pulgares sin dolor ". (p. 42-43)

Y lejos de mostrar la cooperación entre médico y paciente, Cousins agrega esto:

"[Una] mujer llamó por teléfono dos días después para decir que había intentado discutir la posible eficacia del ascorbato para su esposo, solo para que el médico la interrumpiera cantando" cuac, cuac "y luego describiendo todo el proceso como" bs " La mujer y su esposo decidieron descontinuar los servicios del médico, aunque él era un amigo de la familia desde hacía mucho tiempo "(p. 132).

El cirujano ortopédico Robert F. Cathcart, MD, ha señalado que no siempre es necesario tener vitamina C intravenosa siempre que se empleen dosis frecuentemente espaciadas de vitamina C oral. [4]

Ya sea por vía intravenosa u oral, la clave con C es usar suficiente. No hay mejor resumen que volver a visitar la propia experiencia de Cousins:

"El segundo día pasamos a 12,5 gramos de ácido ascórbico, al tercer día, 15 gramos, y así sucesivamente hasta el final de la semana, cuando llegamos a los 25 gramos (25.000 mg). Al final del octavo día, pude mover mis pulgares sin dolor ".

Durante 45 años he estado recomendando que un paciente "tome suficiente C para estar libre de síntomas, cualquiera que sea esa cantidad". Me atengo a esa declaración.

(El editor en jefe de OMNS, Andrew W. Saul, impartió su primer curso de educación para la salud en 1976. Desde entonces ha escrito, es coautor o coeditor de 26 libros, incluidos cuatro libros con Abram Hoffer, MD. A petición expresa del Dr. Hoffer y Hugh Riordan, MD, Saul fundaron el Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular en 2005.)

Referencias:

1. <https://wwnorton.com/books/Anatomy-of-an-Illness/>
2. <https://www.imdb.com/title/tt0086891/>
3. Cómo administrar vitamina C intravenosa a un paciente hospitalizado: una lista de verificación <http://www.doctoryourself.com/strategies.html>
4. Vitamina C, titulación para la tolerancia intestinal, anascorbemia y escorbuto inducido agudo, por Robert F. Cathcart, MD <http://doctoryourself.com/titration.html>
El artículo sobre vitamina C de Cathcart también está publicado en:
Italiano: http://www.doctoryourself.com/Cathcart_Italian_Titration-1.pdf
Francés: http://www.doctoryourself.com/Cathcart_francais_Titration.rtf

Portugués: [http://www.doctoryourself.com/Cathcart 1981 Titration Portuguese.pdf](http://www.doctoryourself.com/Cathcart%201981%20Titration%20Portuguese.pdf)
Español: [http://www.doctoryourself.com/Cathcart 1981 Titration Spanish.pdf](http://www.doctoryourself.com/Cathcart%201981%20Titration%20Spanish.pdf)

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>