

PARA DIVULGACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 1 de julio de 2026

En memoria del Dr. Ulrich Strunz (1943-2026)

Un médico visionario y pionero de la medicina ortomolecular

Por Hans W. Diel



La comunidad de Medicina Ortomolecular ha perdido a uno de sus pioneros más influyentes.

El médico alemán **Dr. Ulrich Strunz** falleció el **7 de junio de 2026**, a los 82 años. Durante décadas, inspiró a millones de lectores y pacientes con su firme convicción de que una nutrición, ejercicio y estilo de vida óptimos podían prevenir —y en muchos casos revertir— las enfermedades crónicas.

Su hijo, **el Dr. Ulrich G. Strunz**, escribió en su obituario:

"Hay mensajes para los que nadie puede prepararse realmente. El pasado domingo, 7 de junio, mi padre, el Dr. Med. Ulrich Strunz, falleció a los 82 años.

Para innumerables personas fue una luz guía y un pionero en la medicina ortomolecular; para mí, fue ante todo mi padre.

Las muchas expresiones de simpatía y condolencia que ya nos han llegado significan mucho para mi familia y para mí. Reflejan el profundo impacto que tuvo en tantas vidas

a través de su apasionada defensa de una nutrición óptima, vitaminas en dosis altas y un enfoque verdaderamente raíz de la salud.

Lo que queda son sus palabras. Durante muchos años escribió a diario: directo, honesto, a veces provocador, pero siempre poniendo al ser humano y el poder de una nutrición adecuada en el centro.

En memoria amorosa y con la más profunda gratitud a mi padre."

Una reflexión personal

Tuve el privilegio de conocer personalmente al Dr. Ulrich Strunz, no solo como un médico de prestigio internacional, sino también como mi propio médico.

Después de sufrir mi primer infarto, busqué su atención. Mirando atrás, fue una de las mejores decisiones de mi vida. El Dr. Strunz me introdujo en la medicina ortomolecular y cambió fundamentalmente la forma en que entendía la salud y la enfermedad. Su guía fue fundamental en mi recuperación y, estoy convencida, ha contribuido a que siga vivo hoy para escribir estas palabras.

El Dr. Strunz fue el primer médico que evaluó a fondo si mi cuerpo tenía niveles adecuados de nutrientes esenciales, incluyendo vitaminas, minerales y otras sustancias vitales. También fue el primero en medir mi lipoproteína(a), reconociendo su importancia mucho antes de que se popularizara en la medicina cardiovascular. Más importante aún, me mostró estrategias nutricionales prácticas y basadas en la evidencia para reducir el riesgo cardiovascular por medios naturales.

De mis experiencias como paciente, y a través de sus libros e innumerables artículos, aprendí no solo sobre enfermedades, sino también sobre la extraordinaria capacidad del cuerpo humano para sanar cuando se le proporciona el entorno biológico adecuado.

Siguiendo su filosofía de "**Medir - Optimizar - Controlar**", suministraba constantemente a mi cuerpo los nutrientes que necesitaba en cantidades adecuadas. Sigo convencido de que este enfoque jugó un papel fundamental para salvarme la vida.

Como muchos otros cuyas vidas tocó, le debo una inmensa gratitud al Dr. Strunz. Su sabiduría, compasión y compromiso incansable con el empoderamiento de los pacientes seguirán inspirando a las futuras generaciones.

Su legado

El Dr. Ulrich Strunz fue internista, atleta de resistencia, autor superventas y uno de los defensores más conocidos de la medicina ortomolecular en Europa.

Su programa **internacionalmente reconocido Forever Young** enfatizaba tres pilares simples pero poderosos:

- Nutrición
- Ejercicio
- Pensamiento positivo

Mucho antes de que la medicina del estilo de vida se convirtiera en la norma, el Dr. Strunz promovía un enfoque orientado a sistemas que integraba nutrición, aptitud física, evaluación de laboratorio y responsabilidad personal en la salud. Animó constantemente tanto a médicos como a pacientes a buscar las causas subyacentes de la enfermedad en lugar de limitarse a tratar los síntomas.

Él mismo fue un ultratriatleta exitoso y encarnó los principios que enseñó a lo largo de su vida.

El Dr. Strunz escribió más de **70 libros**, muchos de los cuales se convirtieron en bestsellers y fueron traducidos a **17 idiomas**. Sus artículos diarios en línea llegaron a cientos de miles de lectores, desafiando el pensamiento convencional mientras animaban a las personas a tomar el control de su propia salud mediante la medicina del estilo de vida basada en la ciencia.

Su influencia se extiende mucho más allá de Alemania. Ayudó a introducir a generaciones de médicos y pacientes en los principios de la medicina ortomolecular, inspirando a muchos a adoptar la prevención, la optimización nutricional y la medicina de la causa raíz.

Una inspiración duradera

El fallecimiento del Dr. Ulrich Strunz marca el fin de una carrera extraordinaria, pero no el fin de su influencia.

Sus escritos, sus pacientes y los numerosos profesionales sanitarios inspirados por su trabajo aseguran que su legado seguirá moldeando la medicina ortomolecular durante muchos años.

El Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular expresa sus más profundas condolencias a la familia, amigos, colegas y a las innumerables personas del Dr. Strunz cuyas vidas transformó gracias a su dedicación a la salud, la ciencia y el potencial humano.

Descanse en paz, Dr. Ulrich Strunz. La obra de tu vida seguirá inspirando a médicos y pacientes de todo el mundo.

Nota del editor: Este recuerdo se basa en las reflexiones personales de Hans W. Diel, miembro del equipo alemán de OMNS, quien atribuye el cuidado y las enseñanzas del Dr. Strunz a una profunda influencia tanto en su salud como en su comprensión de la medicina ortomolecular.

Discusión y preguntas con lectores

OMNS da la bienvenida a comentarios, preguntas, ideas, experiencias y un diálogo respetuoso de lectores, pacientes, profesionales sanitarios, investigadores y estudiantes de todo el mundo.

Fomentamos la participación en OMNS Interactive, donde el intercambio de conocimientos y perspectivas ayuda a avanzar en la comprensión y fomentar un debate significativo.

Únete a la conversación:

<https://omns.substack.com>

Acerca de OMNS Interactive

OMNS Interactive es la plataforma de discusión y comentarios del Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular (OMNS).

La página web original de OMNS sigue siendo el archivo oficial de las publicaciones de OMNS.

Suscríbete a OMNS Interactive para futuros artículos, comentarios y debates:

<https://omns.substack.com>

El contenido se proporciona únicamente con fines educativos y no constituye asesoramiento médico.

