

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 18 de maio de 2016

Salada pode causar autismo?

Se Johns Hopkins disser isso, DEVE ser verdade

Comentário de Andrew W. Saul, Editor

(OMNS, 18 de maio de 2016) Se você acredita na mídia (e, caramba, não é mesmo?), Mulheres grávidas não deveriam comer vegetais de folhas verdes. Bem, essa é a essência do relatório de 11 de maio da Johns Hopkins de que "Excesso de folato em mulheres grávidas aumenta o risco de autismo" (<http://www.jhsph.edu/news/news-releases/2016/too-much-folate-em-gravidas-mulheres-aumenta-risco-para-autismo-estudo-sugere.html>).

Ok, o estudo realmente tem como alvo os suplementos, mas vamos fazer uma verificação da realidade.

O folato é uma vitamina B essencial. Você não pode fazer isso, então você tem que comê-lo. O nome é derivado de "folium", palavra latina para "folha". Pense em "folhagem" e você terá. E animais saudáveis que se alimentam de plantas obtêm muito disso. O folato é superabundante na dieta de todos os herbívoros, de coelhos a rinocerontes. Grandes animais vegetarianos comem quantidades alucinantes de plantas. Eles comem centenas de quilos de verduras diariamente, consumindo uma grande quantidade de ácido fólico.

Onde estão todos os elefantes autistas?

Acontece que sou um ex-leiteiro. Não tínhamos autismo entre nossos bezerros, embora eu tenha testemunhado grandes quantidades de gramíneas carregadas de folato sendo comidas por suas mães grávidas.

E que tal aqueles gigantescos dinossauros herbívoros? Não é de admirar que estejam todos extintos. Não era um asteróide e, afinal, não era uma mudança climática: era muito ácido fólico na dieta deles.

Quanto aos coelhos, eu os observei dar à luz. Bem, quase. Eu estava observando uma mulher grávida e saí para ir ao banheiro. Quando voltei, ela tinha dado à luz nove filhos.

Coelhinhos bonitos. Nenhum desenvolveu autismo.

Um infrator de oportunidades iguais, o estudo da Johns Hopkins também está aparentemente tentando desencorajar o uso de vitamina B12. Interessante isso. A vitamina B12 é famosa em abundância em frutos do mar e carnes. Johns Hopkins quer que as mulheres grávidas **não** sejam **nem** herbívoras nem carnívoras? Quer dizer, o que sobrou?

Meu palpite pode ser este: comer gordura, açúcar e aditivos deve ser a maneira de dar à luz um bebê realmente saudável. Mas então, eu posso estar errado. Afinal, eu sou um cara.

E, como um coelho, isso significa muita salada. Repolho. Couve. Brócolis. Espinafre. Alface romana. Verdes. Muitos verdes frescos e crus. Também tomo suplementos de B12 (metilcobalamina 5.000 microgramas por via sublingual, duas vezes por semana).

Se você achar que minha atitude em relação ao autismo é um pouco irreverente, garanto que não é. Em 1999, falei na mesma conferência que o Dr. Andrew Wakefield. Antes e agora, aprender com ele fortaleceu minha convicção de que o autismo é causado por vacinação, não vitaminas.

Agora **há** uma história que a mídia não está contando.

(O fundador e editor da OMNS, Andrew W. Saul, não tem nenhuma conexão financeira com nenhum fabricante de suplementos ou qualquer outra parte da indústria de produtos de saúde. Ele é autor ou co-autor de uma dúzia de livros e é apresentado nos documentários FoodMatters e That Vitamin Movie .)

Medicina nutricional é medicina ortomolecular

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