

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 18 de julho de 2013

Informações incorretas das publicações de antivitaminas apresentadas como verdade por Rolf Hefti

(OMNS 18 de julho de 2013) Recentemente, algumas publicações anti-suplemento [1-4] de um proeminente porta-voz da indústria médica, Paul A. Offit, MD, receberam ampla cobertura da mídia tradicional.

Vamos dar uma olhada mais de perto em alguns dos estudos que o Dr. Offit profere para comprovar suas cargas antivitaminicas generalizadas.

ALEGAR:

Offit afirmou que um estudo [5] de 1942 já havia refutado a proposição feita pelo vencedor do Prêmio Nobel Linus Pauling, PhD (1901-1994) durante a década de 1970 de que suplementos de vitamina C em altas doses podem melhorar a experiência desagradável do resfriado comum [3]

FACTO:

O estudo citado [5] na verdade mostrou uma diminuição significativa na gravidade e duração dos sintomas do resfriado comum com o uso de suplementos de vitamina C em doses moderadas a altas [6].

ALEGAR:

Offit rejeitou a afirmação de Pauling de que a terapia com vitaminas em altas doses é útil no tratamento do câncer, chamando Pauling de "indiscutivelmente o maior charlatão do mundo" [3]. Offit se referiu a dois estudos da clínica Mayo [7,8] que afirmavam ter replicado e refutado os estudos de Pauling (e de um colega) [9,10] que demonstraram benefícios impressionantes do suplemento contra o câncer.

FACTO:

Pauling descreveu em detalhes que os dois artigos da clínica Mayo não estavam seguindo seus procedimentos de estudo (e os de seu colega), portanto, esses estudos eram sem sentido e irrelevantes para desmascarar suas alegações de vitaminas [11]. Offit deixa de mencionar este ponto crucial, apresentando assim uma falsidade científica estabelecida como um fato científico. Pesquisas recentes confirmaram que a terapia com vitamina C é benéfica na luta contra o câncer se os protocolos adequados forem seguidos [12].

ALEGAR:

Offit afirmou que apenas quatro tipos de suplementos (cálcio, ácido fólico, ácido graxo ômega-3 e vitamina D) "podem ser valiosos para pessoas saudáveis" [1-3].

FACTO:

Muitos suplementos dietéticos são valiosos para nossa população cada vez mais insalubre, validados por dados científicos sólidos, incluindo estudos randomizados controlados [13,14,24-27].

ALEGAR:

Offit afirma que tomar megavitaminas (doses acima dos valores RDA) pode aumentar o risco de câncer, doenças cardíacas e mortalidade em consumidores "de outra forma saudáveis". Ele aconselha o público a "parar de tomar vitaminas" [1-4].

FACTO:

Vários dos estudos citados por Offit são enganosos ou falhos. Por exemplo, algumas descobertas se aplicam apenas a fumantes inveterados que também consomem álcool, idosos ou pessoas gravemente doentes [20-23], em vez de pessoas "saudáveis". Ao contrário da alegação de Offit, muitos estudos significativos documentaram que os suplementos nutricionais, especialmente em grandes doses, reduzem significativamente o risco de doenças cardíacas, câncer e mortalidade em pessoas "saudáveis" e doentes [13-19, 24-29].

Olhando para qualquer relatório anual da American Association of Poison Control Centers [30] mostra muito poucas mortes por consumo de suplemento. Muito mais pessoas morrem com a ingestão de aspirina, comumente considerada uma substância bastante segura. Os dados científicos mais perturbadores de revistas médicas e estatísticas de saúde do governo revelam que o consumo adequado de medicamentos farmacêuticos mata mais de 100.000 pessoas todos os anos apenas nos Estados Unidos [31,32].

Conclusão

As acusações do Dr. Offit contra as vitaminas têm pouco a ver com exatidão. A política, ou lucro, fornece a explicação mais plausível para tais ataques infundados.

O campo da medicina alternativa cresceu dramaticamente desde a década de 1990, especialmente a indústria de suplementos. Os produtos e serviços da medicina alternativa têm se tornado cada vez mais um concorrente significativo do grande negócio da medicina ortodoxa, que visa, em vez disso, o tratamento de doenças de longa duração. A medicina alternativa atinge os resultados financeiros do modelo de tratamento de doenças que gera lucros da indústria médica.

As generalizações abrangentes e não científicas do Dr. Offit contra o uso de suplementos dietéticos parecem ser uma tentativa de diminuir a influência de um concorrente em constante crescimento. Acima de tudo, as acusações antissuplemento incorretas e

tendenciosas de Offit reafirmam a importância de seguir os primeiros princípios para chegar a toda a verdade: observe os fatos você mesmo e não confie nas autoridades.

Referências:

1. Offit PA, "Do You Believe in Magic ? : The Sense and Nonsense of Alternative Medicine", Harper, Hardcover Version, 18-June-2013, ISBN-13: 978-0062222961
2. Offit PA, "Killing You Softly: The Sense and Nonsense of Alternative Medicine", Fourth Estate, Kindle Version, 20 de junho de 2013
3. Offit PA, "Vitaminas: pare de tomar os comprimidos: suplementos vitamínicos são bons para você, certo? Errado, diz um novo livro - eles são um golpe de vários bilhões de libras e em altas doses podem aumentar o risco de doenças cardíacas e câncer ", The Guardian, 7 de junho de 2013
4. Offit PA, "Don't Take Your Vitamins", The New York Times, 8 de junho de 2013
5. Cowan DW, Diehl, HS e Baker, AB, "Vitamins for the prevent of colds", J. Am. Med. Assoc. 120, 1267-1271,1942.
6. Pauling L, "Early Evidence About Vitamin C And the Common Cold", Orthomolecular Psychiatry, Vol. 3, No. 3, Pp. 139-151, 1974
7. Creagan ET, Moertel CG, O'Fallon JR, Schutt AJ, O'Connell MJ, Rubin J, Frytak S, "Falha da terapia de alta dose de vitamina C (ácido ascórbico) para beneficiar pacientes com câncer avançado. Um ensaio controlado ", N Engl J Med. 27 de setembro de 1979; 301 (13): 687-90.
8. Moertel CG, Fleming TR, Creagan ET, Rubin J, O'Connell MJ, Ames MM, "Alta dose de vitamina C versus placebo no tratamento de pacientes com câncer avançado que não fizeram quimioterapia anterior. Um estudo duplo-cego randomizado comparação ", N Engl J Med. 17 de janeiro de 1985; 312 (3): 137-41.
9. Cameron E, Pauling L, "Supplemental ascorbate in the supportive treatment of cancer: Prolongation of survival times in terminal human cancer", Proc Natl Acad Sci US A. 1976 Out; 73 (10): 3685-9.
10. Cameron E, Pauling L, "Supplemental ascorbate in the supportive treatment of cancer: reevaluation of prolongation of survival times in terminal human cancer", Proc Natl Acad Sci US A. 1978 Set; 75 (9): 4538-42.
11. Pauling L, "How To Live Longer And Feel Better", Oregon State University Press, 1986, 2006 ISBN-13: 978-0870710964

12. Ohno S, Ohno Y, Suzuki N, Soma G, Inoue M, "Terapia de vitamina C em alta dose (ácido ascórbico) no tratamento de pacientes com câncer avançado", *Anticancer Res.* Março de 2009; 29 (3): 809-15.
13. Canner PL, Berge KG, Wenger NK, Stamler J, Friedman L, Prineas RJ, Friedewald W, "Quinze anos de mortalidade em pacientes do Projeto de Drogas Coronárias: benefício de longo prazo com niacina", *J Am Coll Cardiol.* Dezembro 1986; 8 (6): 1245-55.
14. Berge KG, Canner PL, "Coronary drug project: experience with niacin. Coronary Drug Project Research Group", *Eur J Clin Pharmacol.* 1991; 40 Suplemento 1: S49-51.
15. Lee IM, Cook NR, Gaziano JM, Gordon D, Ridker PM, Manson JE, Hennekens CH, Buring JE, "Vitamina E na prevenção primária de doenças cardiovasculares e câncer: o Estudo de Saúde das Mulheres: um ensaio clínico randomizado", *JAMA.* 6 de julho de 2005; 294 (1): 56-65.
16. Gaziano JM, Sesso HD, Christen WG, Bubes V, Smith JP, MacFadyen J, Schwartz M, Manson JE, Glynn RJ, Buring JE, "Multivitamins in the prevent of cancer in men: the Physicians 'Health Study II randomizado controlado julgamento ", *JAMA.* 14 de novembro de 2012; 308 (18): 1871-80.
17. Clark LC, Combs GF Jr, Turnbull BW, Slate EH, Chalker DK, Chow J, Davis LS, Glover RA, Graham GF, Gross EG, Krongrad A, Leshner JL Jr, Park HK, Sanders BB Jr, Smith CL, Taylor JR, "Efeitos da suplementação de selênio para a prevenção do câncer em pacientes com carcinoma da pele. Um ensaio clínico randomizado. Nutritional Prevention of Cancer Study Group", *JAMA.* 25 de dezembro de 1996; 276 (24): 1957-63.
18. Fawzi WW, Msamanga GI, Spiegelman D, Wei R, Kapiga S, Villamor E, Mwakagile D, Mugusi F, Hertzmark E, Essex M, Hunter DJ, "Um ensaio randomizado de suplementos multivitamínicos e progressão e mortalidade da doença por HIV", *N Engl J Med.* 1 de julho de 2004; 351 (1): 23-32.
19. Shimizu M, Fukutomi Y, Ninomiya M, Nagura K, Kato T, Araki H, Suganuma M, Fujiki H, Moriwaki H, "Extratos de chá verde para a prevenção de adenomas colorretais metacrônicos: um estudo piloto", *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* Novembro de 2008; 17 (11): 3020-5.
20. NEJM [No Authors Listed], "O efeito da vitamina E e do beta-caroteno na incidência de câncer de pulmão e outros cânceres em fumantes do sexo masculino. The Alpha-Tocopherol, Beta Carotene Cancer Prevention Study Group", *N Engl J Med.* 14 de abril de 1994; 330 (15): 1029-35.
21. Omenn GS, Goodman GE, Thornquist MD, Balmes J, Cullen MR, Glass A, Keogh JP, Meyskens FL, Valanis B, Williams JH, Barnhart S, Hammar S, "Efeitos de uma combinação de beta-caroteno e vitamina A sobre cancro do pulmão e doença cardiovascular ", *N Engl J Med.* 2 de maio de 1996; 334 (18): 1150-5.

22. Miller ER 3rd, Pastor-Barriuso R, Dalal D, Riemersma RA, Appel LJ, Guallar E, "Meta-análise: a suplementação de vitamina E de alta dosagem pode aumentar a mortalidade por todas as causas", *Ann Intern Med.* 4 de janeiro de 2005; 142 (1): 37-46.
23. Lonn E, Bosch J, Yusuf S, Sheridan P, Pogue J, Arnold JM, Ross C, Arnold A, Sleight P, Probstfield J, Dagenais GR; HOPE and HOPE-TOO Trial Investigators, "Effects of long term vitamina E Supplementation on cardiovascular events and cancer: a randomized controlado trial", *JAMA.* 16 de março de 2005; 293 (11): 1338-47.
24. White E, Shannon JS, Patterson RE, "Relação entre o uso de vitaminas e suplementos de cálcio e câncer de cólon", *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* Outubro de 1997; 6 (10): 769-74.
25. Watkins ML, Erickson JD, Thun MJ, Mulinare J, Heath CW Jr, "Uso de multivitaminas e mortalidade em um grande estudo prospectivo", *Am J Epidemiol.* 15 de julho de 2000; 152 (2): 149-62.
26. Harris HR, Bergkvist L, Wolk A, "ingestão de vitamina C e mortalidade por câncer de mama em uma coorte de mulheres suecas", *Br J Cancer.* 4 de junho de 2013 doi: 10.1038 / bjc.2013.269. [Epub ahead of print]
27. Enstrom JE, Kanim LE, Klein MA, "vitamina C ingestão e mortalidade entre uma amostra da população dos Estados Unidos", *Epidemiologia.* Maio de 1992; 3 (3): 194-202.
28. Tovar J, Nilsson A, Johansson M, Ekesbo R, Aberg AM, Johansson U, Björck I. Uma dieta baseada em múltiplos conceitos funcionais melhora os parâmetros de risco cardiometabólico em indivíduos saudáveis. *Nutr Metab (Lond).* 2 de abril de 2012; 9: 29. doi: 10.1186 / 1743-7075-9-29.
29. Gaziano JM, Sesso HD, Christen WG, Bubes V, Smith JP, MacFadyen J, Schwartz M, Manson JE, Glynn RJ, Buring JE. Multivitaminas na prevenção do câncer em homens: ensaio clínico controlado randomizado do Physicians 'Health Study II. *JAMA.* 14 de novembro de 2012; 308 (18): 1871-80.
30. American Association of Poison Control Centers, "Relatório Anual de 1983-2008", <http://www.aapcc.org>
31. Starfield B, "A saúde dos EUA é realmente a melhor do mundo?", *JAMA.* 26 de julho de 2000; 284 (4): 483-5.
32. Dean C, Feldman M, Rasio D, Smith D, Null G, "Death By Medicine", revisão independente encomendada pelo Nutrition Institute of America, 2003

Para mais leituras:

Uma versão estendida do artigo de Rolf Hefti está disponível em seu website em <http://www.supplements-and-health.com/vitamin-benefits.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>