

## PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 11 de outubro de 2013

### CONSCIÊNCIA? QUE CONSCIÊNCIA?

Comentário por Ralph Campbell, MD

(OMNS 11 de outubro de 2013) Recentemente, nosso jornal local promoveu uma caminhada / corrida de 3 km para "uma cura para doenças cardíacas" com fotos de participantes de todos os tamanhos e formas. Por desfrutar da camaradagem e do sentimento de sacrifício por uma boa causa, os participantes pagaram uma taxa de inscrição de US \$ 25 que foi para a American Heart Association (AHA) para promover a *conscientização* .

De acordo com o site da AHA, eles querem aumentar a conscientização pública sobre seu propósito e suas ações. "Nossa missão é construir vidas mais saudáveis, livres de doenças cardiovasculares e derrame. Eles financiam pesquisas" inovadoras ", lutam por políticas de saúde pública mais fortes, fornecem" ferramentas que salvam vidas "(financiamento para técnicas de diagnóstico por imagem) e informações" para salvar e melhorar Eles promovem sua ideia de alimentos "saudáveis para o coração" e outros conselhos de prevenção: não fume, seja fisicamente ativo, mantenha um peso saudável, controle a pressão arterial, o colesterol e o açúcar no sangue. Quantas vezes já ouvimos o mesmo conselhos de outras organizações de "saúde"? E até que ponto se pode ficar ciente desses temas enlatados?

*"Não deixe que as autoridades médicas ou os políticos o enganem. Descubra quais são os fatos e tome suas próprias decisões sobre como viver uma vida feliz e como trabalhar por um mundo melhor." (Linus Pauling)*

A operação da National Breast Cancer Foundation segue linhas semelhantes. Eles desejam "ajudar as mulheres em todo o mundo, educando-as sobre o câncer de mama e a importância da detecção precoce e fornecendo mamografias para as necessitadas". Há pouca apresentação de meios de se manter saudável, mas muita ênfase em sua versão de medicina preventiva - principalmente, a detecção precoce com mamografias que eles disponibilizam a todos, ricos ou pobres. A conscientização é acentuada ao fazer de outubro o mês de conscientização sobre o câncer de mama. Se você é um fã de futebol americano da NFL, já deve ter notado os jogadores de futebol americano usando pulseiras, meias, luvas e caudas rosa. O rosa combina lindamente com os uniformes aqua do Miami Dolphins. Da mesma forma, a American Diabetes Association trabalha em linhas semelhantes com novembro, *seu* mês de conscientização.

Devemos perguntar: consciência de quê? Evidentemente, o objetivo dessas organizações é aumentar a conscientização sobre os hábitos da indústria médica, o que inclui exames diagnósticos, medicamentos prescritos e visitas regulares ao médico para que aspectos

como pressão arterial, colesterol e níveis de açúcar no sangue possam ser monitorados. Suas advertências como "faça uma dieta saudável" e "faça exercícios regularmente" parecem um tanto vagas. A tecnologia de diagnóstico altamente sofisticada é enfatizada como necessária para a detecção de pequenos problemas que podem se tornar grandes.

### **Saúde "instituições de caridade" são tendenciosas**

No entanto, essas organizações não aumentam a conscientização sobre a verdadeira medicina preventiva, obtida por meio de uma boa nutrição e das doses ideais de suplementos. Eles julgam mal o público. Muitas pessoas entendem os princípios básicos da saúde e as desvantagens de seguir cegamente o protocolo médico ou farmacêutico. Eles sabem que a base de muitas doenças é o funcionamento inadequado do sistema imunológico, em grande parte devido à má nutrição. Eles podem seguir cegamente o conselho de "comer suas frutas e vegetais", mas preferem aprender mais sobre o porquê. Pessoas exigentes, em busca de maneiras de alcançar e manter uma boa saúde, ficam intrigadas com a pressão por medicamentos que têm efeitos colaterais que variam de moderados a graves. Para serem mais eficazes, essas grandes organizações médicas públicas devem virar suas campanhas de conscientização de pernas para o ar,

*"Que uso você faz do seu médico?" disse o rei a Molière um dia. "Nós conversamos juntos, senhor; ele me dá suas receitas; eu nunca as sigo, então fico bom." (1)*

Acredito firmemente que bits de informação seguidos cegamente raramente são compreendidos. É necessário um entendimento básico de "por quê". Todas as organizações de saúde precisam da nutrição 101 em primeiro lugar em suas campanhas de conscientização. Isso certamente é verdade para a American Diabetes Association, pois atualmente está encontrando desvantagens para os medicamentos para baixar a glicose. A AHA apresenta informações sobre seus alimentos "saudáveis para o coração", mas sua mensagem parece confusa. Eles abraçaram os benefícios para a saúde dos ácidos graxos ômega-3, mas ainda enfatizam que as gorduras (a palavra com tudo incluído) são ruins. Os produtores de fast food prestam muita atenção ao que são considerados alimentos "saudáveis para o coração", com pouca atenção ao fornecimento de grandes quantidades de nutrientes essenciais. As ofertas do cardápio parecem mudar de acordo com o que pode ser financeiramente compensador, independentemente do que o público deseja ou precisa. Um anúncio recente de fast food promove batatas fritas com menor teor de gordura. Mas a imagem da TV, mostrando as habituais batatas fatiadas em óleo fervente, me faz duvidar que a AHA deseje educar totalmente a indústria de fast-food ou o público. Nem parecem dispostos a revelar como alguém realmente consegue fazer uma batata frita mais saudável.

### **Propaganda Farmacêutica: O Vídeo**

Depois, há este vídeo de uma entrevista do Dr. Offit por Eric J. Topal.

[http://www.medscape.com/viewarticle/811569?src=wnl\\_edit\\_specol&uac=15080SY](http://www.medscape.com/viewarticle/811569?src=wnl_edit_specol&uac=15080SY)

Eu pensei que o Dr. Topal, como novo editor do Medscape, iria considerar dar mais atenção à pesquisa de nutrição terapêutica, mas não. A entrevista foi baseada no livro de Offit, "Do You Believe in Magic". Desde o início, a ênfase estava nos contras e em quão bem o livro está sendo aceito pela comunidade "científica". O entrevistador estava, na verdade, rindo de acordo com a tolice da indústria de suplementos. Depois de menos de um minuto, não aguentei mais. É difícil acreditar na falta de discernimento e compreensão nesta batalha estúpida da mídia contra nossa saúde.

### **Referências:**

1. Taschereau J. Histoire de la vie et des ouvrages de Molière, 1825. Paris. Traduzido em: *The North American Review*, 1828. 27:60, [New Series 18:35]. Boston, p 386)

### **Medicina nutricional é medicina ortomolecular**

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