

PARA LANÇAMENTO IMEDIATO

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 1º de julho de 2026

Em memória do Dr. Ulrich Strunz (1943-2026)

Um médico visionário e pioneiro da medicina ortomolecular

Por Hans W. Diel



A comunidade de Medicina Ortomolecular perdeu um de seus pioneiros mais influentes.

O médico **alemão Dr. Ulrich Strunz** faleceu em **7 de junho de 2026**, aos 82 anos. Por décadas, ele inspirou milhões de leitores e pacientes com sua firme crença de que nutrição, exercícios e estilo de vida ideais poderiam prevenir — e, em muitos casos, reverter — doenças crônicas.

Seu filho, **Dr. Ulrich G. Strunz**, escreveu em seu obituário:

"Existem mensagens para as quais ninguém realmente pode se preparar. No último domingo, 7 de junho, meu pai, Dr. Med. Ulrich Strunz, faleceu aos 82 anos.

Para inúmeras pessoas, ele foi uma luz guia e um pioneiro na medicina ortomolecular; Para mim, ele era, antes de tudo, meu pai.

As muitas expressões de simpatia e condolências que já chegaram até nós significam muito para minha família e para mim. Eles refletem o impacto profundo que ele teve em tantas vidas por meio de sua defesa apaixonada por nutrição ideal, vitaminas em altas doses e uma abordagem verdadeiramente baseada nas raízes da saúde.

O que resta são suas palavras. Por muitos anos, escreveu diariamente: direto, honesto, às vezes provocativo, mas sempre colocando o ser humano e o poder da nutrição adequada no centro.

Em memória amorosa e com a mais profunda gratidão ao meu pai."

Uma reflexão pessoal

Tive o privilégio de conhecer pessoalmente o Dr. Ulrich Strunz, não apenas como um médico internacionalmente reconhecido, mas também como meu próprio médico.

Depois de sofrer meu primeiro ataque cardíaco, busquei sua atenção. Olhando para trás, foi uma das melhores decisões da minha vida. O Dr. Strunz me apresentou à medicina ortomolecular e mudou fundamentalmente a forma como eu entendia saúde e doença. Sua orientação foi fundamental para minha recuperação e, estou convencida, ele contribuiu para que eu esteja vivo hoje para escrever essas palavras.

O Dr. Strunz foi o primeiro médico a avaliar minuciosamente se meu corpo possuía níveis adequados de nutrientes essenciais, incluindo vitaminas, minerais e outras substâncias vitais. Ele também foi o primeiro a medir minha lipoproteína, reconhecendo sua importância muito antes de se tornar popular na medicina cardiovascular. Mais importante ainda, ele me mostrou estratégias nutricionais práticas e baseadas em evidências para reduzir o risco cardiovascular por meios naturais.

Pelas minhas experiências como paciente, e por meio de seus livros e inúmeros artigos, aprendi não apenas sobre doenças, mas também sobre a extraordinária capacidade do corpo humano de se curar quando proporcionado ao ambiente biológico adequado.

Seguindo sua filosofia de "**Mese - Otimize - Controle**", eu estava constantemente fornecendo ao meu corpo os nutrientes necessários em quantidades adequadas. Continuo convencido de que essa abordagem teve um papel fundamental em salvar minha vida.

Como muitos outros cujas vidas ele tocou, devo imensa gratidão ao Dr. Strunz. Sua sabedoria, compaixão e compromisso incansável com o empoderamento do paciente continuarão a inspirar gerações futuras.

Seu legado

O Dr. Ulrich Strunz foi internista, atleta de resistência, autor best-seller e um dos mais conhecidos defensores da medicina ortomolecular na Europa.

Seu programa internacionalmente reconhecido Forever Young **ênfatizava três pilares simples, porém poderosos:**

- Nutrição
- Exercício
- Pensamento positivo

Muito antes da medicina do estilo de vida se tornar a norma, o Dr. Strunz promovia uma abordagem orientada a sistemas que integrava nutrição, condicionamento físico,

avaliação laboratorial e responsabilidade pessoal à saúde. Ele incentivava consistentemente tanto médicos quanto pacientes a buscarem as causas subjacentes da doença, em vez de apenas tratar os sintomas.

Ele próprio foi um ultratriatleta bem-sucedido e incorporou os princípios que ensinou ao longo da vida.

O Dr. Strunz escreveu mais de **70 livros**, muitos dos quais se tornaram best-sellers e traduzidos para **17 idiomas**. Seus artigos diários online alcançaram centenas de milhares de leitores, desafiando o pensamento convencional enquanto incentivavam as pessoas a assumirem o controle de sua própria saúde por meio de medicamentos de estilo de vida baseados em ciência.

Sua influência vai muito além da Alemanha. Ele ajudou a apresentar gerações de médicos e pacientes aos princípios da medicina ortomolecular, inspirando muitos a abraçar a prevenção, otimização nutricional e medicina da causa raiz.

Uma inspiração duradoura

O falecimento do Dr. Ulrich Strunz marca o fim de uma carreira extraordinária, mas não o fim de sua influência.

Seus escritos, seus pacientes e os muitos profissionais de saúde inspirados por seu trabalho garantem que seu legado continuará a moldar a medicina ortomolecular por muitos anos.

O Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular expressa suas mais profundas condolências à família, amigos, colegas e inúmeras pessoas do Dr. Strunz, cujas vidas ele transformou por meio de sua dedicação à saúde, ciência e potencial humano.

Descanse em paz, Dr. Ulrich Strunz. O trabalho da sua vida continuará a inspirar médicos e pacientes ao redor do mundo.

Nota do Editor: Esta memória é baseada nas reflexões pessoais de Hans W. Diel, membro da equipe alemã do OMNS, que atribui o cuidado e os ensinamentos do Dr. Strunz a uma influência profunda tanto em sua saúde quanto em sua compreensão da medicina ortomolecular.

Discussão e perguntas com leitores

A OMNS recebe comentários, perguntas, ideias, experiências e diálogos respeitosos de leitores, pacientes, profissionais de saúde, pesquisadores e estudantes de todo o mundo.

Incentivamos a participação no OMNS Interactive, onde a troca de conhecimento e perspectivas ajuda a avançar na compreensão e fomentar debates significativos.

Participe da conversa:

<https://omns.substack.com>

Sobre a OMNS Interactive

OMNS Interactive é a plataforma de discussão e comentários do Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular (OMNS).

O site original da OMNS permanece como o arquivo oficial das publicações da OMNS.

Assine o OMNS Interactive para futuros artigos, comentários e discussões:
<https://omns.substack.com>

O conteúdo é fornecido apenas para fins educacionais e não constitui aconselhamento médico.

