

## **PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**

**Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 22 de mayo de 2006**

### **EL PANEL DE EXPERTOS DICE QUE LOS SUPLEMENTOS DE VITAMINA SON SEGUROS**

Abram Hoffer, MD  
Michael Janson, MD  
Thomas Levy, MD, JD  
Carolyn Dean, ND, MD  
Harold Foster, PhD  
Erik Paterson, MD  
Andrew Saul, Presidente

(OMNS, 22 de mayo de 2006) Un panel independiente de profesores universitarios, investigadores médicos y médicos con experiencia en terapéutica nutricional dice que los suplementos vitamínicos son excepcionalmente seguros para el público. Un nuevo informe del Panel de Revisión de Seguridad de las Vitaminas de expertos refuta un informe reciente de los Institutos Nacionales de Salud de EE. UU. Que intentó arrojar dudas sobre la seguridad de los suplementos alimenticios.

"Más de la mitad de todos los estadounidenses toman vitaminas todos los días", dijo Andrew Saul, editor asistente del Journal of Orthomolecular Medicine. "Uno no puede evitar preguntarse, ¿dónde están los cuerpos? El panel de los NIH ignoró los peligros de las drogas farmacéuticas, mientras se concentraba en preocupaciones infundadas sobre sus multivitamínicos diarios. Esto indica sesgo".

Según las estadísticas compiladas anualmente por la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos (1), las multivitaminas no matan a nadie. La sobredosis grave de hierro (no una vitamina) se ha asociado con quizás dos muertes por año. Por otro lado, en 2003, hubo 59 muertes solo por la aspirina. Esa es una tasa de mortalidad casi treinta veces mayor que la atribuida a los suplementos de hierro. Aún hubo más muertes por la aspirina en combinación con otros productos farmacéuticos. En 2003, dos personas murieron a causa de la cafeína. Tres personas murieron a causa del detergente para lavar platos. También hubo una muerte por "Crema / loción / maquillaje", una muerte por detergente granulado para ropa y una muerte por sal de mesa.

Por otro lado, dice el Panel de Revisión de Seguridad de las Vitaminas, no hay una muerte por año por ninguna vitamina en el alfabeto. No de A, B, C, D o E. Michael Janson, MD, dijo: "En décadas de personas que toman una amplia variedad de suplementos dietéticos, se han observado pocos efectos adversos y cero muertes como resultado de los suplementos dietéticos. Existe un riesgo mucho mayor para la salud pública de las personas que suspenden sus suplementos vitamínicos que de las personas que los toman".

Otro panelista de Vitamin Safety Review es Abram Hoffer, MD, quien también tiene un doctorado en bioquímica nutricional. El Dr. Hoffer dijo: "Los suplementos vitamínicos son extraordinariamente seguros y efectivos. Esto se basa en cincuenta años de experiencia clínica sin ver ningún efecto secundario potencialmente mortal y sin muertes. Son los medicamentos farmacéuticos los que son peligrosos. Quizás la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. se canse de todas las malas noticias sobre las drogas, por lo que en su lugar buscan suplementos nutricionales".

Carolyn Dean, ND, MD, está de acuerdo. "784.000 personas mueren anualmente, prematuramente, debido a la medicina moderna", dijo. "Estas son estadísticas de revistas revisadas por pares y bases de datos gubernamentales".

"Centrarse en los llamados 'riesgos de sobrecarga de vitaminas' es un montón de chácharas", comentó la consumidora Nancy Watson Dean de Rochester, NY. "Lo que es arriesgado es no tomar vitaminas. Tomo muchos suplementos todos los días y absolutamente ninguna receta médica. No tengo dolencias, y el mes que viene cumpliré 91 años".

Para obtener una copia del informe preliminar del Panel de Revisión de Seguridad de las Vitaminas, envíe un correo electrónico a [drsaul@doctoryourself.com](mailto:drsaul@doctoryourself.com)

**Referencia:** 1. Watson WA, Litovitz TL, Klein-Schwartz W, Rodgers GC Jr, Youniss J, Reid N, Rouse WG, Rembert RS, Borys D. Informe anual 2003 del Sistema de Vigilancia de Exposición a Tóxicos de la Asociación Americana de Centros de Control de Envenenamiento. Am J Emerg Med. Septiembre de 2004; 22 (5): 335-404. **¿Qué es la Medicina Ortomolecular?** Linus Pauling definió la medicina ortomolecular como "el tratamiento de enfermedades mediante la provisión de un entorno molecular óptimo, especialmente las concentraciones óptimas de sustancias normalmente presentes en el cuerpo humano". La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para obtener más información: <http://www.orthomolecular.org> El Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular revisado por pares es un recurso informativo sin fines de lucro ni comercial.