

## PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 30 de novembro de 2023

### A-Fib, Potássio e Magnésio

#### Um relatório pessoal de Dwight Kalita, PhD

OMNS (30 de novembro de 2023) A fibrilação atrial (Afib) é uma epidemia mundial que afeta 37 milhões de pessoas, e sua prevalência crescente será certamente responsável pelo aumento dos custos de saúde pública. Tenho 76 anos e tenho fibrilação atrial há quase 10 anos. Durante esse período, vários cardiologistas me fizeram 2 ablações e 5 cardioversões, mas a fibrilação atrial sempre voltava. Tomei vários medicamentos, todos causaram efeitos colaterais graves e nenhum deles curou meu Afib.

De 03/11/2022 a 10/11/22, meu monitor cardíaco registrou uma carga de 6% de episódios de fibromialgia com uma frequência máxima de 150 bpm. Esses episódios intermitentes continuaram apesar de tomar Dofetilida (antiarrítmico) e Diltiazem (bloqueador dos canais de cálcio para pressão arterial) desde 22 de abril de 2022. Em abril de 2023, li um artigo médico europeu "Associação de administração intravenosa de potássio e magnésio com administração espontânea Conversão de A-Fib no departamento de pronto-socorro" no JAMA, outubro de 2022. Depois de pensar sobre este artigo, decidi ver se a administração oral combinada de magnésio (Mg), potássio (K) e Dofetilida ajudaria a prevenir minha doença crônica Episódios de A-fib que experimentei por quase 10 anos.

Comecei a tomar o seguinte por volta de 15 de abril de 2023: pó eletrolítico: uma colher por dia de 1.000 mg de citrato de potássio, 120 mg de citrato de magnésio, além de quantidades muito pequenas de outros complexos minerais. Tenho tomado 500 mg de taurato de magnésio por via oral há 5-6 anos, mas continuei a ter episódios intermitentes de Afib. Quando tive um episódio que durou mais de 20 minutos, tomei 2 gramas de magnésio IV e isso sempre me converteu de volta ao ritmo sinusal. Então li o artigo JAMA acima sobre magnésio e potássio intravenosos juntos convertendo pacientes ER Afib na Europa, então comecei a tomar ambos os nutrientes por via oral. Aquela **combinação oral de nutrientes de magnésio e potássio** foi o que realmente eliminou meu Afib!

Uma semana depois de tomar os suplementos minerais acima com Dofetilida, minhas palpitações cardíacas e episódios de fibromialgia desapareceram. Meus dois relatórios de "sinussite" de EKG desde o início dos suplementos de K e Mg confirmam essa observação, bem como o monitoramento doméstico de Kardia. Também não precisei tomar nenhum tratamento intravenoso de 2 gramas de magnésio para converter meus episódios de fibromialgia, já que não tive nenhum episódio nos últimos 6 meses. Eliminei o Diltiazem por causa de dores de estômago e efeitos colaterais de diarreia; mas minha pressão arterial melhorou desde a introdução do suplemento de potássio K1000.

Meu exame de sangue trimestral medindo Mg/K permanece dentro dos níveis normais desde o início do programa de suplementação mineral. Meu cardiologista local e outro da Clínica Cleveland aprovam meu novo plano de tratamento com medicamentos/nutrientes. E o melhor de tudo, desde que comecei este plano de tratamento, não tive nenhum efeito colateral e nenhum outro episódio de fibrilação atrial. Agora está muito claro para mim que as células do meu coração de 76

anos precisam de suplementação extra de magnésio/potássio para viver uma vida livre da doença muito debilitante chamada fibrilação atrial.

(Os leitores podem entrar em contato com Dwight Kalita em [dkalita@embarqmail.com](mailto:dkalita@embarqmail.com) )

#### **Leitura relacionada:**

Khan AM, Lubitz SA, Sullivan LM, et al. Baixo teor de magnésio sérico e o desenvolvimento da fibrilação atrial na comunidade: The Framingham Heart Study. *Circulação*. 2013; 127 (1): 33-38. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3541701/>

Dean C. Fibrilação Atrial: Remineralize seu coração, 2015. <https://drcarolyndean.com/> <https://www.drcarolyndean.net/introduzindo-atrial-fibrilação-remineralize-your-heart-by-dr-carolyn-dean/>

#### **Medicina Nutricional é Medicina Ortomolecular**

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