

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 30 de enero de 2013

Entonces, ¿Dónde Están los Cuerpos?

Seguridad de los Suplementos Vitamínicos Confirmada por la Base de Datos Más Grande de Estados Unidos

Por Andrew W. Saul, Editor

(OMNS 30 de enero de 2013) El nuevo informe anual de la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos muestra cero muertes por múltiples vitaminas; cero muertes por vitamina A, niacina, vitamina B-6, vitamina D o vitamina E.

Se alega que dos personas murieron a causa de los suplementos vitamínicos en el año 2011, según la interpretación de la AAPCC de la información más reciente recopilada por el Sistema Nacional de Datos de Envenenamiento de EE. UU. Una muerte supuestamente se debió a la vitamina C; el otro supuestamente debido a "Otras Vitaminas B". Como el informe de la AAPCC indica específicamente que no hay muertes por niacina (B-3) o piridoxina (B-6), eso deja ácido fólico, tiamina (B-1), riboflavina (B-2), biotina y B-12 como vitaminas B restantes que podrían estar implicadas. Sin embargo, el historial de seguridad de estas vitaminas es extraordinariamente bueno; no se han confirmado muertes para ninguno de ellos. La vitamina C también es un nutriente extraordinariamente seguro. Nunca se han confirmado muertes por la suplementación con vitamina C.

Incluso admitiendo que los datos de la AAPCC son correctos (y nosotros no), dos muertes en un año asociadas con las vitaminas, en todo el país, es un número muy pequeño. Más de la mitad de la población de EE. UU. Toma suplementos nutricionales diarios. Incluso si cada una de esas personas tomara solo una tableta diaria, eso equivale a 165.000.000 de dosis individuales por día, para un total de más de 60 mil millones de dosis al año. Dado que muchas personas toman mucho más que una sola tableta de vitamina, el consumo real es considerablemente mayor y la seguridad de los suplementos nutricionales es aún más notable.

Para citar a Abram Hoffer, MD, PhD: "Nadie muere por las vitaminas". El Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular invita a la presentación de evidencia científica específica que demuestre de manera concluyente la muerte causada por una vitamina. La asociación no es causalidad; la alegación no es prueba. Si hubiera tal prueba, los medios la habrían tenido en sus portadas.

Si los suplementos vitamínicos son supuestamente tan "peligrosos", **¿dónde están los cuerpos?**

Referencia:

Bronstein AC, Spyker DA, Cantilena LR et al. Informe anual 2011 del Sistema Nacional de Datos de Envenenamiento (NPDS) de la Asociación Estadounidense de Centros de Control de Envenenamientos: 29º Informe

Anual. Toxicología clínica (2012), 50 (10), 911-1164. Los datos discutidos anteriormente se pueden encontrar en p1134, Tabla 22B.

https://aapcc.s3.amazonaws.com/pdfs/annual_reports/2011_NPDS_Annual_Report.pdf