

# DR. RATH

## Lettera sulla Salute

**Paura dei cambiamenti scientifici radicali –**

### ***7 tirapiedi del cartello farmaceutico alimentano l'isteria contro le vitamine***

È sempre pericoloso manipolare i dati scientifici con l'intento di suscitare paure e timori infondati nell'opinione pubblica. La cronaca recente offre un esempio calzante nella presentazione, da parte di Cochrane Collaboration, di una serie di dati clinici concernenti i presunti rischi legati all'assunzione di vitamine. Si è tentato, in questo caso, di distogliere le persone dal consumo di vitamine e di altri micronutrienti, la cui l'elevata sicurezza e i notevoli vantaggi per la salute sono dimostrati in numerosi studi clinici da molto tempo e in modo inequivocabile.

La documentazione, pubblicata ad aprile del 2008, è una cosiddetta metanalisi, vale a dire la valutazione riassuntiva di dati tratti da 67 studi. Non è un'indagine nuova, ma piuttosto una relazione riassuntiva nuovamente pubblicata; la stessa ricerca, infatti, era già apparsa lo scorso anno nella rivista medica „JAMA“ (Journal of the American Medical Association) (2007, 297, 842-857).

Gli autori, gli stessi del lavoro presentato un anno fa, nella recente pubblicazione affermano che determinati antiossidanti, quali la vitamina A, E e il betacarotene, aumenterebbero il rischio di morte fino al 16%. Questa interpretazione suscitò già lo scorso anno molto stupore e si attirò aspre critiche da parte di altri ricercatori e nutrizionisti, tanto che gli stessi autori furono costretti, in un secondo momento, ad ammettere che lo studio conteneva degli errori. Le dovute correzioni furono quindi pubblicate nella stessa rivista (JAMA 2008, 299, 765-766). Eppure, tale studio con tutti gli errori è stato „rispolverato“ e ripresentato come „nuovo“.

#### **Numerosi errori e travisamenti**

Qui di seguito esponiamo dettagliatamente e in modo scientifico alcuni degli aspetti e delle particolarità di questo studio travisato, condotto al mero scopo di giungere a delle conclusioni infondate e di suscitare titoli allarmistici tra i media.

- Su 815 studi sulle vitamine, gli autori ne scelsero 68 per la prima pubblicazione e 67 per la seconda. È interessante notare che gli autori non presero in esame gli studi in cui nessun soggetto partecipante fosse deceduto nel corso o successivamente alla sperimentazione.
- La metanalisi comprende 20 studi in cui parteciparono soggetti sani e 47 studi in cui i soggetti osservati, che assumevano le vitamine, erano affetti da diverse malattie (es. morbo di Alzheimer, patologie cardiache, tumori). L'analisi non analizzò le singole cause di morte, tra cui rientravano non solo le patologie cardiache, i tumori e rotture dell'anca, ma anche incidenti, suicidi e altre cause. È probabile ed anche evidente che i decessi siano da ricondurre alle patologie diagnostiche in precedenza e non all'integrazione alimentare a base di antiossidanti. Inoltre, occorre far notare che se per qualunque motivo si fosse osservato un reale rischio di morte in una di queste indagini, avrebbero interrotto immediatamente studi e somministrazione di vitamine. In realtà, non è stato interrotto alcuno studio e una tale possibilità non è mai stata presa in esame dai coordinatori di questi studi.

- Ancora si nota che la posologia e la durata dell'assunzione differivano notevolmente da uno studio all'altro. I partecipanti assumevano inoltre non soltanto nutrienti scientificamente testati, ma anche una lunga serie di altre sostanze e preparati farmaceutici. È evidente che sia le diverse condizioni patologiche preesistenti, sia i diversi schemi posologici di farmaci e di integratori alimentari si siano influenzati reciprocamente e possano aver mascherato l'azione dei singoli farmaci o nutrienti, efficacia che gli autori della metanalisi hanno attribuito ad una combinazione di nutrienti scelti o all'altra.
- Rilevante è anche il fatto che gli autori, soltanto dopo la divisione dei 67 studi in un gruppo con „rischio elevato“ e un gruppo con „rischio limitato“, hanno osservato un risultato significativo di tipo statistico sul tasso di mortalità. Senza questa distinzione non sarebbe stato possibile evidenziare tale risultato.

#### **I dati scientifici confutano l'analisi di Cochrane**

Dopo prudenti valutazioni quasi 160 milioni di persone in America del Nord e in Europa assumono da decenni gli integratori alimentari valutati in questi studi. Se gli antiossidanti determinassero un rischio per la salute, sarebbe emerso da tempo. Invece, sono stati raccolti e messi a disposizione numerosi dati riguardanti gli effetti positivi delle vitamine sulla salute, sperimentate sugli animali e sull'uomo.

Anche gli autori di "Cochrane Collaboration" ammisero che i risultati ottenuti erano in netto contrasto con studi che dimostravano l'efficacia degli antiossidanti (Nutr Cancer, 2003, 46, 15-22; J Natl Cancer Inst 2003, 95, 717-722; Dis Colon Rectum 1999, 42, 212-217). Purtroppo, nonostante una tale ammissione, hanno ripresentato la medesima analisi con gli errori osservati; i dati presentati sono chiaramente utili soltanto a quanti desiderano consolidare la commercializzazione di prodotti farmaceutici per puri interessi di mercato, tentando di ostacolare l'ampio uso di vitamine e di altri nutrienti.

#### **E ora Lei può ...**

- Informarsi in maniera precisa sui benefici delle vitamine e di altri micronutrienti nella prevenzione e nelle terapie delle malattie ad ampia diffusione.
- Visitare il sito web dell'istituto di ricerca del Dr. Rath all'indirizzo [www.drathresearch.org](http://www.drathresearch.org), dove troverà numerosi studi e pubblicazioni. Sapeva che più volte i lavori di ricerca sull'efficacia delle vitamine e di altri nutrienti sono stati premiati con il Nobel?
- Informare anche parenti e amici su questo argomento e sulla necessità di rinnovare il sistema sanitario.
- Visitare il sito web dell'Alleanza del Dr. Rath per la Salute per conoscere le possibilità di un impegno personale nel migliorare la sanità.