

por lo tanto se desechan por la orina. Lisa Rogers, especialista de la OMS, comentó a la *BBC* que el 90 por ciento de las vitaminas que contiene el cóctel serían excretadas por el cuerpo.

Algunos de los *spas* sostienen que el tracto intestinal es un impedimento para la correcta absorción de las vitaminas; sin embargo, no se toma en cuenta que, así como existen vitaminas solubles en agua, también las hay en grasa (D, E y K) y al almacenarse y acumularse en el cuerpo, provocan una condición llamada hipervitaminosis; la cual provoca todos los síntomas que en un principio buscaba eliminar el cóctel, como el dolor de cabeza y malestar en general.

Aproximadamente el costo de una terapia es de tres mil pesos por la sesión de 45 minutos. Si se requiere servicio a domicilio, se cobra un extra de entre 500 y 600 pesos. Además, se requieren dos o tres sesiones por mes para que los resultados sean más efectivos.

¿A QUÉ SE DEBE SU ÉXITO?

La publicidad basada en testimonios juega un papel fundamental, pero, si la ciencia ha demostrado que las terapias no funcionan como se presume ¿por qué la gente las compra y recomienda?

Según los expertos, esto se debe al llamado “efecto placebo”, que consiste en una mejoría sobre un malestar por medio de una sustancia no activa. En 2009, se realizó un estudio donde a 34 personas se les dividió en dos grupos, luego a uno se le inyectó el cóctel multivitamínico de Myers (quien fue el precursor de esta idea), mientras que a la otra parte se les inyectó un placebo.

Los resultados publicados en *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, mostraron que ambos grupos sintieron mejoría e incluso la parte inyectada con placebos manifestó sentirse un poco mejor que los que sí recibieron el cóctel.

Según expertos, lo único que el cóctel puede ofrecer es curar la deshidratación y la sensación de acompañamiento que el *spa* brinda. Los síntomas de la cruda pueden ser evitados tomando en cuenta algunas de las recomendaciones que se mencionaron al principio, o en dado caso, esta se puede curar con sueros orales y reposo. Gastar tres mil pesos en una terapia sin evidencia científica que la respalde parece increíble, pero al final de cuentas queda en los gustos y posibilidades de cada persona. ♦

Instagram: galy.24

