

Kit de supervivencia para la salud mental y retirada de psicofármacos. Por Prof. Dr. Peter Gøtzsche.

[English version below]

Tenemos el orgullo y el privilegio de presentaros en NoGracias la edición en castellano del nuevo libro de Peter Gøtzsche: **Kit de supervivencia para la salud mental y retirada de psicofármacos.**

El libro se puede descargar aquí.

“Este libro ayudará a las personas con problemas de salud mental a sobrevivir y volver a una vida normal. La población general está convencida de que los medicamentos contra la depresión o la psicosis y los ingresos en unidades psiquiátricas son más a menudo dañinos que beneficiosos, y esto es también lo que muestra la ciencia. Aun así, la mayoría de las personas continúan tomando medicamentos psiquiátricos durante muchos años. Esto se debe principalmente a que han desarrollado dependencia a esas sustancias. Los psiquiatras y otros médicos han contribuido a que cientos de millones de personas dependan de los medicamentos psiquiátricos y, sin embargo, no han hecho prácticamente nada para averiguar cómo ayudarlas a dejarlos de manera segura, algo que puede ser muy difícil. El libro explica en detalle cuán dañinos son los medicamentos psiquiátricos y le enseña a la población cómo pueden retirarse de manera segura. También informa sobre cómo las personas con problemas de salud mental pueden evitar convertirse en pacientes psiquiátricos etiquetados de por

vida y perder 10 o 15 años de su vida debido a la psiquiatría”.

“Peter Gøtzsche es un médico danés que combina sus extensos conocimientos prácticos y teóricos para producir textos que ayudan en la toma de decisiones diarias a médicos y a pacientes del mundo entero. Su dominio de la metodología científica da un enorme crédito a dichos trabajos. A destacar sus estudios sobre las mamografías de cribado del cáncer de mama, que demostraron su nulo impacto sobre la mortalidad y sus daños por sobrediagnóstico. También sus trabajos sobre la falta de efectividad y los daños del uso generalizado de psicofármacos, que le han llevado a estimar que en conjunto han producido más daños que beneficios y a acusar a las industrias de prácticas mafiosas para lograr su prescripción sin ciencia” por **Juan Gérvas** (miembro de No Gracias).

“Peter C Gøtzsche estaba «solo» cuando criticaba las prácticas que querían aplicarle a su mujer en el hospital al dar a luz. Con la creación de la Nordic Cochrane Center (entre otros centros internacionales) se *balanceó* (algo) esa asimetría actuativa médica. Sus (totalmente lógicos) requerimientos de los datos duros en el campo oncológico, farmacéutico y psiquiátrico causaron numerosas quejas al periodista y C.E.O. de la Cochrane Mark Wilson que trató reiterativamente de amonestar a Peter de de una manera intimidante (mostrando así qué importaba realmente en la investigación científica a gran escala y a qué popes o espaldas plateadas no debía molestar). El desenlace con el cese de Peter como director del Centro Nórdico Cochrane tuvo proporciones bíblicas. Se volvió a *desequilibrar* el **sonambulismo sanitario**. Fuera de su blog y del Instituto para la Libertad Científica tiene a su alcance el blog

NoGracias para poder errar las veces que quiera (albergando en cada intento suyo la posibilidad de acertar con sus críticas). La cosa no es defender a quienes no se equivocan. La cosa es dar voz a los que han sido «afonizados». Y con su nuevo libro, Peter facilita un kit para ayudar a dar el carácter «post-psiquiátrico» a quienes andan bajo su yugo en vez de servirles de apoyo existencial” por **Marc Casañas** (miembro de No Gracias).

Lecturas recomendadas / Recommended reading:

Death of a whistleblower and Cochrane’s moral collapse. Book.

Summary of Cochrane’s show trial and illegal expulsion of Peter C Gøtzsche

The review on antidepressant withdrawal that Cochrane won’t publish.

Systematic violations of patients’ rights and safety: Forced medication of a cohort of 30 patients.

Survival of a Whistleblower – Lecture by Peter C. Gøtzsche at the Summer Institute in Berlin June 2018.

Death of a whistleblower and Cochrane’s moral collapse. Lecture by Peter C. Gøtzsche at CrossFit June 2019.

Dr. Peter Gøtzsche talks about his views on screening for breast and prostate cancer.

Abel Novoa. A shift in the scientific paradigm. No Gracias 20 Aug 2018.

Abel Novoa. Ravetz’s post-normal science. No Gracias 11 April 2019.

[English version]

We are proud and privileged to present to you at NoGracias the Spanish edition of Peter Gøtzsche's new book: **Survival Kit for Mental Health and Withdrawal of Psychotropic Drugs.**

The book can be downloaded [here](#).

“This book will help people with mental health problems to survive and return to a normal life. The general population is convinced that drugs for depression or psychosis and admissions to psychiatric units are more often harmful than beneficial, and this is also what the science shows. Still, most people continue to take psychiatric medications for many years. This is mainly because they have developed dependence on these substances. Psychiatrists and other physicians have contributed hundreds of millions of people to become dependent on psychiatric medications, yet they have done virtually nothing to figure out how to help them safely quit, which can be very difficult. The book explains in detail how harmful psychiatric drugs are and teaches the population how they can be safely withdrawn. It also reports on how people with mental health problems can avoid becoming labeled psychiatric patients for life and losing 10 to 15 years of their life to psychiatry”.

“Peter Gøtzsche is a Danish physician who combines his extensive theoretical and practical knowledge to produce texts that help doctors and patients around the world in making daily decisions. His background of scientific methodology gives enormous credit to such works. To

highlight his studies on breast cancer screening with mammograms, which demonstrated their null impact on mortality and their adverse effects due to overdiagnosis. Also his works on the lack of effectiveness and harms of the generalized use of psychotropic drugs, which have led him to believe that together they have produced more harm than benefit and to accuse the industries of mafia practices to achieve their prescription without science” by Juan Gervas (No Gracias’ member).

“Peter C Gøtzsche was «alone» when he criticized the clinical practices that doctors wanted to apply to his wife in the hospital when she was giving birth. With the creation of the Nordic Cochrane Center (among other international centers) this medical actuation asymmetry was (minimally) *balanced*. His (totally logical) requirements for raw data in the oncology, pharmaceutical and psychiatric fields caused numerous complaints to the journalist and Cochrane’s C.E.O. Mark Wilson who repeatedly tried to admonish Peter in a paternalistic and bullying way (signaling what really mattered in large-scale scientific research and to not disturb *popes* neither silverback practitioners). The top-down forced cessation of Peter’s job as director of the Nordic Cochrane Center had biblical proportions.

The **sanitarian somnambulism** was *unbalanced* again. Outside of his blog and the Institute for Scientific Freedom, he has NoGracias’s blog at his disposition to be able to err as many times as he wants (harboring in each one the possibility of getting his criticism right). The issue is not to defend those who are not wrong. It is to give voice to those who have been «*aphonized*». And with his new book, Peter provides a kit to help give a «post-psychiatric» character to those who are under his yoke instead of serving them as existential support” by Marc Casañas (NoGracias’ member).

Lecturas recomendadas / Recommended reading:

Death of a whistleblower and Cochrane's moral collapse. Book.

Summary of Cochrane's show trial and illegal expulsion of Peter C Gøtzsche

The review on antidepressant withdrawal that Cochrane won't publish.

Systematic violations of patients' rights and safety: Forced medication of a cohort of 30 patients.

Survival of a Whistleblower – Lecture by Peter C. Gøtzsche at the Summer Institute in Berlin June 2018.

Death of a whistleblower and Cochrane's moral collapse. Lecture by Peter C. Gøtzsche at CrossFit June 2019.

Dr. Peter Gøtzsche talks about his views on screening for breast and prostate cancer.

Abel Novoa. A shift in the scientific paradigm. No Gracias 20 Aug 2018.

Abel Novoa. Ravetz's post-normal science. No Gracias 11 April 2019.