

Alimente toxice si cancerigene

In colaborare cu Andreea
25.08.2008

Dictionul dupa care "important nu e ce bagi in gura, ci ce scoti pe gura" a cazut in desuetudine, odata cu aparitia pe piata a produselor alimentare cu o intreaga game de aditivi alinientari, care, chipurile, imbunatatesc calitatea produselor, dar care in realitate nu sunt altceva decat substante chimice deosebit de toxice, ori cancerigene.

Potrivit rapoartelor oganizatiilor internationale, mortalitatea in randul populatiei globului cauzata de consumul alimentelor imbogatite cu substante artificiale se afla pe locul al III-lea, dupa consumul de droguri, medicamente si accidente de circulatie.

Consumul indelungat al produselor alimentare aditivate sintetic produce asupra organismului uman un bombardament asupra organelor interne, care provoaca distrugerea sistemului imunitar (acesta ajunge sa produca anticorpi peste masura, folosindu-i impotriva propriului organism), precum si o serie de tumori maligne si benigne.

Conform ultimului raport al Coinisiei Nationale de Oncologie, dat publicitatii in aceasta saptamana, in Romania cancerul este intr-o crestere alarmanta si se estimeaza ca aceasta afectiune va deveni in scurt timp "boala mileniului III", impotriva careia nu exista inca premisele ca se va descoperi un antidot. Deocamdata se banuieste doar ca motivele care-l provoaca sunt poluarea, chimicalele din alimente si stress-ul. Interventiile chirurgicale, folosite astazi intens pentru inlaturarea celulelor canceroase nu fac altceva decat sa mutileze organismul.

Chiar si asa, acesta are mici sorti de izbanda in lupta cu cancerul. Inca de la inceputul materialului de fata, atragem atentia ca nu cerem interzicerea produselor "contaminate" aflate pe piata, ci vrem doar sa-l avizam pe consumatori asupra riscului la care se expun cumparand produse fara a se informa asupra procesului de fabricatie. Lista "E"-urilor nocive. "E"-urile, cum au fost codificate pe plan international substantele chimice introduse in alimente, au fost astlel botezate, tocmai pentru a se ascunde cumparatorilor denumirea substantelor obtinute artificial.

Sub motivatia "tehnica" de a se folosi o denumire care sa nu fie dependenta de multitudinea limbilor de circulatie internationala, motivul real a fost acela de a nu speria consumatorul, de a nu-l indeparta de rafturile magazinelor care expun produse in ambalaje atractive, dar foarte nocive datorita conservantilor.

Astfel a aparut acest inofensiv cod "E". Un studiu recent al Clinicii de Oncologie din Dusseldorf - Germania asupra efectului aditivilor alimentari asupra organismului uman, a ierarhizat o serie de compusi toxici sau cancerigeni. Aproape toti acesti compusi pun intr-un real pericol organismul.

Prezentam, in continuare, lista "E"-urilor considerate de specialistii oncologi drept criminale:

Adaosuri suspecte:

- E 125 - E 141 - E 150 - E 171 - E 172 - E 173 - E 240 - E 241 - E 477

Adosuri periculoase:

- E 102 (extrem de nociv) - E 110 - E 120 - E 124 (colorant alimentar roz, care produce tumori pe glanda tiroida)

Adaosuri toxice

- Produc boli intestinale: E 220, E 221, E 222, E 223, E 224

- Afecteaza tubul digestiv E 338, E 339, E 340, E 341, E 407, E 450, E 461, E 463, E 465, E 466

- Produc boli de piele: E 230, E 231, E 232, E 233

- Suprima din organism vitamina B12: E 200

- Cresc colesterolul: E 320, E 321 (antioxidanti din margarina)

- Ataca sistemul nervos: E 311, E 312

- Produc boli ale aparatului bucal: E 330 (acid citric sau sarea de lamaie - cel mai periculos adaos cancerigen) Adaosuri cancerigene

- E 123 - E 131 - E 142 - E 211 (foarte nociv) - E 213 - E 214 - E 215 - E 217 - E 239 - E 621 (glutamatul de sodiu) (n.r.

foarte cancerigen) Nota: Aditivii cancerigeni au fost deja interzisi in SUA, Comunitatea Europeana si fostele state ale

URSS. Ce alimente trebuie sa evitati sa consumati in exces? Conform studiilor de specialitate, se recomanda

consumatorilor sa evite produsele care contin aditivii mai sus mentionati si care sunt prezenti, cu preponderenta, in

anumite alimente pe care le folosim, cu ignoranta, zi de zi. Precizam inca o data ca folosirea intamplatoare a produselor pe care le vom enumera nu afecteaza organismul. Numai consumul indelungat produce efectele amintite.

Margarina: Produs aparut in al doilea razboi mondial, in urma rationalizarii untului.

Cercetatorii americani au descoperit, accidental, ca daca se incalzeste la 150 grade Celsius un amestec de uleiuri vegetale, in prezenta hidrogenului si folosind catalizatori de nichel, se obtine un produs alb, asemanator untului, cu o structura moleculara identica cu cea a plasticului, pe care l-au botezat "margarina", dupa numele sotiei (Margot) a unuia dintre savanti.

Din acel moment si pana in prezent, margarina a fost imbogatita cu tot soiul de coloranti, aromatizanti si vitamine sintetice devenind unul dintre cele mai toxice produse alimentare inventate vreodata. Mirosul de lapte al margarinei, este obtinut pe cale chimica. Grasimile vegetale din margarina devin, dupa fierbere aproape imposibil de transformat in

energie de catre organism; de aceea consumatorii inraiti de margarina sunt persoane care par lipsite de vlaga.

Iata algoritmul prin care margarina destabilizeaza organismul: grasimile sintetice nu pot fi "arse" de organism, ele acopera membrana celulelor sistemului imunitar, paralizandu-l prin depozitarea in tesuturi. Iau locul substantelor naturale ce au rolul de a curata peretii vaselor de sange, conducand la sclerozarea lor, evident, cu rezultate dezastruoase pentru inima, creier si sistemul circulator. De asemenea, obosesc excesiv ficatul, favorizand hepatita. Supele concentrate: Contin in exces glutamatul de sodiu E621, considerat de specialisti dintre cele mai cancerigene substante.

Supele se obtin prin deshidratarea supelor si ciorbelor preparate normal, in cantitati industriale, pana rezulta un praf care este ulterior amestecat cu chimicale (coloranti, aromatizanti, conservanti si glutamat de sodiu), dupa care se ambaleaza in vid, sau sub forma de cubulete.

Nu va lasati inselati de reclamele de tip "ca la mama acasa" sau de ambalajele atragatoare. Gustul va poate insela caci unele chimicale dau arome mai intense decat cele naturale. Dar, vorba aceea, "afara-i vopsit gardul, inaintu-i leopardul". Glutamatul de sodiu (o neuro-toxina) provoaca migrene insuportabile care nu pot fi tratate cu medicamente. Glutamatul se vinde producatorilor sub forma de cristale albe, fara gust, si se combina intotdeauna cu alti aditivi chimici, aromatizanti. Glutamatul se foloseste si pentru conservarea laptelui, branzeturilor, mezelurilor si ciupercilor. Organizatii de profil din UE duc o intensa campanie de interzicere a glutamatului de sodiu. US Food & Drug Administration a informat opinia publica din SUA ca glutamatul de sodiu este unul dintre principalii factori care produc boala Alzheimer.

Injectiile cu glutamat, efectuate pe animale, in laborator, au distrus celulele nervoase din creierul cobailor, cainilor si maimutelor. Zaharul: Este unul dintre alimentele cele mai controversate. Fiind deosebit de concentrat, el lezeaza organele digestive, pe care le obliga sa prelucreze o cantitate de energie ce nu o pot suporta.

Astfel, el trece imediat in sange - prin intestinul subtire - provoaca hiperglicemie, ceea ce obliga pancreasul sa produca in exces insulina, organismul fiind dereglat, iar efectul fizic fiind invers celui asteptat, in sensul ca omul devine obosit sau agitat din pricina luptelor din interiorul organismului. Consumul in exces de zahar expune la gripa, boli de plamani, infectii urinare si intestinale. Evident, ne referim la zaharul obtinut din sfecla sau trestia de zahar.

Culmea este ca producatorii au inventat si substituenti ai zaharului, dintre care cel mai nociv este ASPARTAMUL (E 950 si E 951), care provoaca peste 70 de tipuri de boli mortale. Pentru a evita efectele nocive ale zaharului, specialistii recomanda consumul de fructe si rniere, pe care organismul le asimileaza fara probleme. Guma de mestecat: Este aproape de neinteles cum fabricantii de guma de mestecat, destinata in special copiilor, gasesc necesar sa introduca in ingrediente nu mai putin de sapte - opt tipuri de substante chimice, multe fiind pe lista celor suspecte sau nocive.

Intr-o pastiluta de guma, cat unghia gasim: E 171, E 320, E330, E 420, E 421, E 422, E 950, E 951, E 967 si alte asemenea chimicale. Mestecand regulat guma, va expuneti urmatoarelor afectiuni: colesterol (E 320), boli ale aparatului bucal (E330) si cancer (E 950 si E 951). Bauturi: Chiar daca producatorii se lauda, care mai de care, ca produsul lor este natural, in realitate, bauturile lor racoritoare mustesc de aditivi nocivi, cel mai folosit fiind acidul citric (E 330) sau sarea de lamaie.

Aditivii E 123 si E 110, precum si inlocuitorii de zahar mai sus amintiti produc efectele amintite. Evitati sa beti bauturile cu arome de citrice, acestea fiind dintre cele mai daunatoare.

Coborantii folositi, E 102 si E 110, sunt declarati periculosi. Bauturile alcoolice, cum ar fi berea si vinul, sunt saturate de metabisulfit, care da limpezime, dar care ataca aparatul digestiv. La bere, in procesul de pasteurizare sunt folosite substante chimice, care provoaca migrene.

Din punct de vedere al aditivilor alimentari, tariile (votca, whisky etc) nu prezinta pericol, intrucat chiar alcoolul este un bun conservant, dar feriti-va de lichioruri, in care se adauga coloranti: E 102, E 110 etc. Gemuri, dulceturi si alte dulciuri: Nici aici nu va lasati inselati de pretentia unora dintre producatori care aplica eticheta "produs natural".

Minciuna e dovedita chiar de eticheta unde, la ingrediente, apare mentionat "acid citric", nelipsit din nici un borcan de gem sau dulceaata.

De asemenea, evitati bomboanele intens colorate si in general tot ce contine coloranti. Mezeluri: Nu mai este nici un secret ca in toate mezelurile de pe piata interna, circa 40% din compozitie este consiuita din produse obtinuti artificial.

Pe eticheta fiecarui sortiment de mezel veti gasi nenumarati aditivi alimentari, mult, inclusi pe lista de mai sus. Grasimile cu care sunt "imbogatite" mezelurile sunt obtinute prin aceleasi metode ca margarina.

Toate aceste produse se conserva cu acelasi glutamat de sodiu. Totodata se adauga si alte substante suspecte: nitrati si nitriti.

De ce nu se mai prepara mezelurile dupa retetele traditionale, de casa. Pentru ca se urmareste castigul, prin marirea

cantitatii cu tot soiul de chimicale. Mustarul: Fabricat in general prin amestecarea boabelor de mustar cu uleiul de mustar. Daca boabele nu prezinta pericol, uleiul de mustar este devastator, el fiind deja interzis in Canada, unde s-a stabilit ca in timp, produce orbirea.

In india, tara mirodeniilor, uleiul de mustar este folosit de vraci ca medicament, fiind numeroase cazurile in care persoane tratate cu acest ulei au murit.

La aditivi, doza conteaza. In Romania, controlul asupra fabricantilor si importatorilor de produse alimentare este efectuat de Inspectoratul Sanitar Veterinar din cadrul Agentiei Nationale Sanitar Veterinare si de catre Inspectoratul de Stat din cadrul Directiei de Sanatate Publica.

De asemenea, Oficiul pentru Protectia Consumatorilor are atributii de inspectie, prelevare de probe si analiza. S-au inregistrat cazuri in care agenti economici au fost prinsi importand, fara avizul Ministerului Sanatatii, coloranti si conservanti nocivi, prea putine, insa, fata de dimensiunile reale ale fenomenului.

Cum spuneam, rolul materialului nostru nu este de a speria cetateanul, ci doar de a-l informa cum sa-si protejeze sanatatea. E la mintea oricui ca tot ce este chimic trebuie evitat pe cat se poate. Dr. Camelia Parvan, sefa laboratorului din Institutul de Igiena Publica ne-a declarat in privinta aditivilor din alimente: "Nu trebuie sa alarmam lumea, pentru ca doza folosita in alimente este cea care, in cele din urma conteaza. Cand este prea mare, se produc aceste efecte nocive.â€•