

rius



LA BASURA

QUE COMEMOS

transgénicos y
comida chatarra

Grijalbo

LA BASURA
QUE COMEMOS

RIUS

**La basura
que comemos**

transgénicos y
comida chatarra

Grijalbo

LA BASURA QUE COMEMOS
Transgénicos y comida chatarra

Edición especial para *La Jornada*: enero 2009

D.R. © 2000, Eduardo del Río (Rius)

Derechos exclusivos de edición en español reservados para todo el mundo:

D.R. © 2000, derechos de edición mundiales en la lengua castellana:

Random House Mondadori, S.A. de C.V.
Av. Homero núm. 544, Col. Chapultepec Morales,
Del. Miguel Hidalgo, C.P. 11570, México, D.F.

www.rhmx.com.mx

Comentarios sobre la edición y contenido de este libro a:
literaria@randomhousemondadori.com.mx

Queda rigurosamente prohibida, sin autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas por las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendida la reprografía, el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares de la misma mediante alquiler o préstamo público.

ISBN: 978-607-429-206-0

Impreso en México / *Printed in Mexico*



El autor pide perdón de antemano por los errores de ortografía referentes a los nombres químicos y endemoniados; y por los errores de tipo científico que se hayan colado en el texto, tomando en consideración (el lector) la baja preparación académica (del autor).

.....

la fast food	13
antiguos aditivos	15
las especias	18
los aditivos	20
colorantes	24
los peligros de aditivos	29
aditivos prohibidos	33
ingredientes de chatarra	34
glutamato monosódico	39
la peor chatarra	41
las frituras	42
los chicles	44
obesidad	46
desnutrición	47
hiperactividad	49
el PAN (que se come)	51
pan dulce	61
galletas y pastelitos	64
chamoys, pizzas, burgers	66
la dizque leche	67
hormonas	70
aceite de cocina	72
los refrescos	75
pollos y huevos	79
antibióticos	87
sal y azúcar	89
aspartame	91
salchichonería	92
helados helados	96
corn-flakes	97
colesterol	101
LA GENÉTICA	105
metabolitos	114
alimentos transgénicos	117
Salinas, Zedillo, TLC	122
el sacrosanto maíz	126
transgénicos y salud	133
los dueños de todo	141
Monsanto	142
anexo (comida de indios)	153
bibliografía	159

MENU



En los últimos meses se han producido en casi todo el mundo violentas a veces y pacíficas las más, manifestaciones de grupos ecologistas y turbas pseudoecologistas, protestando contra los productos transgénicos. A consecuencia de esas protestas, que a veces toman forma de destrucción de oficinas, sembradíos o supermercados, han habido golpeados por las fuerzas del orden y hasta han hecho prisioneros entre los manifestantes, muchos de los cuales iban tomando coca-cola y masticando doritos o papas fritas. Como el autor piensa que más dañinos como alimentos resultan los PRODUCTOS CHATARRA, que los hasta ahora casi desconocidos ALIMENTOS TRANSGÉNICOS, ha dedicado más espacio al análisis de la chatarra, sin olvidar –faltaba más– el peligro casi desconocido de los productos transgénicos. De todos modos, el lector decidirá, de acuerdo a su conciencia ...y gustos culinarios.

advertencia

Lamento
informar a mis
lectores y amigos
que éste NO ES
UN LIBRO de
humor.

(en todo caso es un
libro de MAL humor..)

es más: si el señor quiere comer
tranquilo, le recomiendo que NO lea
este pinchurriento libro..



El tema que aquí se trata es tan serio, que
casi no hubo oportunidad de hacer hu-
mor, aunque ésa es precisamente mi
ocupación: hacer reír.

Este es un libro de denuncia
enfilado contra los mercachifles de la
industria alimenticia, que cada día que
pasa nos envenenan más y más con
sus "avanzados" productos, tanto con
los alimentos industrializados de la
comida rápida, como con las mil y una
porquerías de la comida chatarra
(tan del agrado de los niños).

Y para completar el pésimo cuadro,
hay una "novedad" reciente en cuanto a
la forma antinatural en que comemos:
los alimentos transgénicos.

Este libro pues, trata de alertar a todo
mundo de lo peligroso que se ha
vuelto comer. No sólo es un peligro
comer en la calle. También está
resultando peligroso hacerlo en los
malos restaurantes —y en los buenos
también—, sino que en el colmo de
las desgracias, hasta
COMER EN CASA
es ya un peligro.
¿por qué?

Contestar los porqués es la malévolá
intención de este libro. Bienvenidos.

prologuín

El avance incontenible de la tecnología a nivel -casi- mundial, ha sido definitivo para mejorar nuestra vida. Las casas se han llenado de comodidades y aparatos electrónicos que nos ayudan a vivir más "plenamente" disfrutando de la música, los mejores espectáculos y películas, controlando el calor o el frío para nuestro bienestar, usando ropa más cómoda, contando con mejores juguetes y entretenimientos. Nuestras cocinas cada día son más sofisticadas, con estufas y hornos de microondas superveloces, con aparatos de refrigeración que cada vez parecen más de otro planeta.

Todo se puede ya lavar automáticamente: la vajilla, la ropa. Se puede disponer de la basura en elegantes trituradoras y nos acostumbramos ya a manejar todos los aparatos electrónicos a control remoto y sin necesidad de dar un paso.

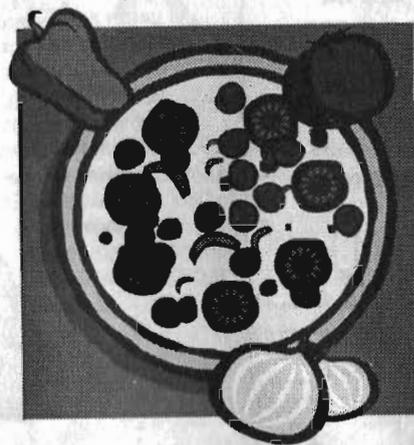
No hay duda que vivimos en el siglo de las comodidades. Basta apretar un botón y la vida se transforma a nuestro alrededor. Mejores automóviles, enormes aviones, sofisticados helicópteros, complicadas computadoras, estupendos aparatos de sonido, comunicación al instante con otros continentes sin tener que ir al correo a pelearnos con las casi siempre groseras y malencaradas empleadas de ventanilla.



No cabe duda que la civilización ha llegado al tope de lo que necesitamos para vivir con más comodidad y seguridad.



Y sin embargo, cada día que pasa hay más enfermos. Las cifras de muerte por cáncer aumentan y los infartos no se diga. Cada año aumentan los infectados con el virus del SIDA y las revistas médicas nos hablan cada vez con más frecuencia de extrañas enfermedades que no se conocían.

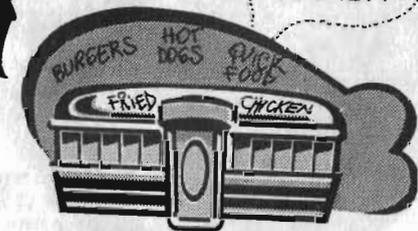
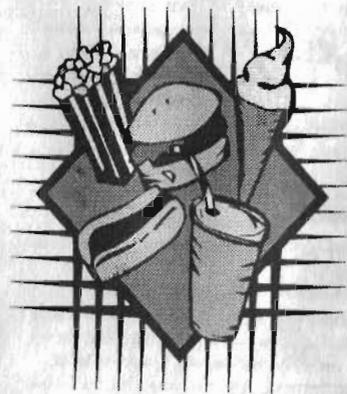


Y TODO ESTO PASA
POR UNA SENCILLÍSIMA
RAZÓN: CADA VEZ
COMEMOS PEOR.



Va a llegar un momento en que no vamos a saber QUÉ estamos comiendo ni de qué estamos enfermos.

Ha llegado el momento en que YA NO SABEMOS qué es lo que estamos metiéndonos entre pecho y espalda. Nadie sabe qué porcentaje de química estamos tragando al comer una sopa instantánea o unos pastelitos chatarra.



La vida moderna ha obligado a la mayoría de la gente a no depender demasiado de la cocina, y a consumir —con toda la rapidez posible— alimentos que no se lleven demasiado tiempo en ser elaborados. Es decir, se ha creado la necesidad de tener a la mano y a la vuelta de la esquina todo un mundo de

para los que aún no se incorporan al habla de la madre patria, "fast food" es COMIDA RÁPIDA



...y la FAST FOOD es una forma de comer que YA está considerada como COMIDA CHATARRA...

(Y ES DE LO QUE VAMOS A HABLAR...)



la comida CHATARRA (o *junk food*, que la llaman los yanquis)

SI MAL NO RECUERDO, la primer comida rápida que hubo en México, —desde hace siglos— fueron los TACOS



tacos que tienen todo lo imaginable, junto con todas las variaciones hechas del maíz hecho tortilla:

quesadillas
tlalcoyos
chalupas
memelas
sopes
picadas
dzalbutes
itacates
pellizcadas
y como sin-cuenta etcéteras...

sin olvidarnos de los nutritivos TAMALES.



la comida más rápida que se puede comer, incluso fría, en sus mil variedades que todavía se elaboran en nuestro país.

y tan rápida como unos BUENOS TACOS

SORRY, NO SERVICE



(SIEMPRE Y CUANDO SEAN BUENOS TACOS, POR SUPUESTO, Y EN BUENAS CONDICIONES DE HIGIENE..)



PERO... desde principios de los años 50s comenzó la invasión de la comida chatarra proveniente (¿de dónde creen?) de los USA en forma, primero, de perros calientes (hot-dogs), de refrescos de todas marcas y de pan de caja, que



vinieron a desplazar poco a poco a los alimentos nacionales, por la novedad de productos "iguales" a los que consumían los gringos...

..y como acá no somos copiones de lo gringo, pues..



..y ya encarrilados en el gusto por lo gringo, hemos acabado por volvernos el país que más refrescos consume.

No hay ya cadena gringa fabricante de porquerías de hamburguesas, pizzas, helados, frituras, twinkys, papitas y demás chatarra, que no esté haciendo sus buenos negocios por acá...



también México nos ha invadido con su junk-texmex-food de burritos, fritos y tacos. bell.



Pero... el gran inconveniente de esa comida chatarra rápida y más o menos nutritiva, es su corta duración





PARA QUE SEA NEGOCIO, UN ALIMENTO TIENE QUE CONSERVARSE EN BUEN ESTADO POR MUCHO TIEMPO... ETERNAMENTE IF POSSIBLE..



La necesidad que ha tenido el hombre de CONSERVAR los alimentos para que duren más tiempo en condiciones de ser comidos, lo han obligado a inventar formas de lograrlo con buenos resultados,

es decir, sin que pierdan sus valores nutritivos



desde la noche de los tiempos, el ser humano ha COCIDO los alimentos para que le duren más.

Antiguamente -además- descubrieron nuestros antepasados que, para conservar "comestibles" los alimentos podían SALARSE, SECARSE, ENCURTIRSE, AHUMARSE O FERMENTARSE.



(y le sepan mejor, lo que sea de cada quién..)



Y ya en los penúltimos años, REFRIGERARSE Y CONGELARSE.



y en tiempos más modernos a ENVASARSE en latas..

el hecho de que los perros y otros animales rechacen los alimentos chatarra, debía de ponernos a pensar..

si PUES: ya LOS animales nos nutrimos mejor que el hombre..



aunque también los animales tienen ya su propia comida chatarra, disfrazada de sabores

También y desde hace muchísimos años, los hombres y las mujeres de este planeta Tierra, aprendieron a añadirle COLORES a la comida para hacerla más atractiva.



NO NO HAY COL MORADA. ¿QUIERES OTRA COSA MORADA?

De las plantas y animales se lograron COLORES que se usaban en las telas y la decoración de casas y edificios, pero también algunos para colorear la comida.

el platillo de la casa, señores: patas verdes de puerco..!



Recién en 1862 un científico alemán descubrió las ANILINAS que son colores orgánicos NATURALES a partir de plantas y metales.

También hay que recordar que otra de las cosas que buscó siempre el hombre fue darle más SABOR a lo que comía. Primero con sal, luego con otras cosas.



¡qué sabor! préstame a tu cocinera..

creo que no se va a poder: es mi esposa.. mejor te lo vendo..



En China, por ejemplo, se quemaba petróleo para SAZONAR plátanos, chicharos y otras cosas. Sin saber que la combustión del petróleo estaba produciendo dos SAZONADORES que ahora se usan como aditivos alimenticios: etileno y propileno.



Y todos sabemos que para colorear y darle sabor a la PAELLA se usa desde hace siglos el AZAFRÁN. Igual que se usa desde hace cientos de años el BETABEL para colorear alimentos...o cachetes y labios de mujer.

(que también son muy comestibles...)



¡LAS ESPECIAS!

las especias principales son pimienta + comino canela + clavo + nuez moscada + orégano ajonjolí + mostaza vainilla + anís...&



y desde que el signore Marco Polo llevó a Europa las ESPECIAS del Oriente, la comida se enriqueció en sabores y olores. ¡ Qué sabores y qué olores !



una comida sin especias y comida con cubiertos, es como hacer el amor usando un intérprete..

las especias, junto con la sal y el azúcar (y las hierbas de olor) bastaban para hacer de la comida un manjar de dioses. Una buena cocinera lograba a base de salsas y el manejo adecuado de hierbas y especias, elaborar todo tipo de platillos riquísimos y -a veces- hasta nutritivos.



PERO LA VIL "NECESIDAD" DE ALGUNOS DE SER MÁS RICOS QUE OTROS, LA VIL AMBICIÓN DEL DINERO, LO HA ECHADO TODO A PERDER

(¿con qué?)

PUES CON...



¡ los tales por cuales ADITIVOS alimenticios !

Como se habrá dado cuenta el sagaz lector, no se NECESITABA nada más para conservar y darle sabor (y color) a los alimentos.



Se habían ya descubierto formas y sustancias NATURALES Y SEGURAS que bastaban y sobraban para comer sabroso y nutritivo.

¡ PERO NO ERA SUFICIENTE NEGOCIO !

para hacer más dinero, se necesitaba vender más. Y para vender más, se necesitaba producir más alimentos durables y que pudieran almacenarse y transportarse fácilmente.



CUANDO SE
INVENTÓ LA
COMIDA
ENLATADA
TODO
EMPEZÓ A
ECHARSE
A PERDER,
DICHO
SEA CON
PERDÓN
DE LA
LÓGICA.

con el enlatado se inició
la infame
INDUSTRIALIZACIÓN
de los alimentos.



Al enlatar un alimento se
tuvo que pensar también
en qué *añadirle* a la lata pa-
ra que no se echara a per-
der el contenido. Esos
"añadidos" reciben el
nombre de
ADITIVOS

ADITIVOS

NUNCA COMPRE
LATAS GOLPEADAS:
CON LOS GOLPES,
SUELTAN EL PLOMO
QUE ES
PELIGROSÍSIMO
PARA LA SALUD.

antioxidantes
emulsificantes
estabilizantes
colorantes
espesadores
blanqueadores
edulcorantes
maduradores
separadores
humectantes
gelificantes
conservadores
texturizadores
clarificantes
acidulantes
ii uffff !!



los aditivos están
presentes en

MANTEQUILLAS
PANES
JUGOS
REFRESCOS
VINOS
todos los
ENLATADOS
HELADOS
QUESOS
JAMONES
SALCHICHAS
GELATINAS
CAMELOS
PAPITAS

SOPAS instantáneas
MIELES
FRUTA SECA
YOGURT
CERVEZA
CIGARROS
SALSAS
VINAGRES
PASTELERÍA
GALLETAS
FRITURAS
MEDICINAS
PASTA dental
VITAMINAS
CEREALES
industrializados
LICORES
CACAHUATES
LECHES
ACEITES de cocina
y cualquier otro
alimento que hayamos
olvidado...

Todos los aditivos son hijos
de probeta, producidos en
laboratorios con química y to-
talmente artificiales y
ajenos a nuestro organismo.



...y que
por lo
general
ENCARRECEN
los
productos!

hay 4 clases 4
de aditivos :

1
CONSERVADORES
(preservativos y antioxidantes)

2
MODIFICADORES
ORGANOLÉPTICOS
(colorantes, saborizantes,
edulcorantes y acidulantes)

3
MODIFICADORES DE
LA TEXTURA
(emulsificantes, espesantes,
estabilizadores, gelificantes)

4
AGENTES
PROCESADORES
(enzimas, clarificadores,
fluoculantes)

...Y PARA QUÉ SIRVE CADA UNO DE ESOS TALES ADITIVOS...?



LA INFORMACION QUE SIGUE ES CONFIDENCIAL : SI QUIERE LA PUEDE LEER, SI NO, SE VA A QUEDAR SIN SABERLA. PERO NO ES NECESARIO QUE LO HAGA A MENOS QUE LO DESEE. SALE

COLORANTES / como su nombre lo indica, son químicos que modifican el color.

SABORIZANTES / son los agentes que intensifican el sabor, endulzan o acidifican el producto.

ANTIOXIDANTES / se añaden a los alimentos grasosos para que no se arrancien.

BLANQUEADORES / para las harinas del pan; blanquean y aceleran la madurez del producto.

ESPESANTES / EMULSIFICANTES / GELIFICANTES/ ESTABILIZADORES / todos estos agentes se dedican a MODIFICAR la textura del producto. Se usan sobre todo en pasteles, quesos, chocolates, jugos, refrescos, postres, yogurt, margarina, dulces, etc. Se fabrican a partir de goma vegetal, resinas, celulosa, agar-agar (algas), dextrina, almidones, pectina, etc.

SEPARADORES / se usan para unir los rastros de metal y prevenir la oxidación.

HUMECTANTES / utilizados para prevenir la resequeza del producto (coco rallado, por ejemplo).

SOLVENTES / agentes portadores de sabores, colores u otros aditivos.

CLARIFICADORES / para quitar los metales del contenido y que no se enturbie el producto.

LIBERADORES / ayudan a los alimentos a separarse de las superficies que tocan al elaborarse

ESPUMOSOS / para ayudar a que se haga espuma al salir del envase (cerveza) o a que NO la haga al elaborarse, como la piña.

ÁCIDO ASCÓRBICO/ para inhibir hongos en el producto (quesos, productos de frutas) y prevenir igualmente la decoloración. Se usa también el DIÓXIDO DE SULFURO para esos fines.

ÁCIDO BENZOICO y BENZOATO DE SODIO / para preservar a jugos o vegetales encurtidos.

NITRATOS y NITRITOS / utilizados para preservar las carnes frías, sobre todo.

EDULCORANTES / químicos utilizados para endulzar el producto sin usar el azúcar.

SE CALCULA QUE SE HAN HECHO HASTA LA FECHA MÁS DE 3 MIL ADITIVOS, QUE SE UTILIZAN EN TODA CLASE DE ALIMENTOS.



y hay que decirlo: si no se hubieran inventado los ADITIVOS, la comida se echaría a perder muy rápido..

ACTUALMENTE, EL 20% DE LOS ALIMENTOS QUE SE PRODUCEN EN EL MUNDO SE PUDRE!



XXXXXX

(SIN CONTAR LAS ENORMES CANTIDADES DE PRODUCTOS QUE SE TIRAN O SE QUEMAN PARA QUE NO BAJEN DE PRECIO. ¡QUÉ ABSURDO!)

entonces... ¿no son peligrosos?

EL PELIGRO DE LOS ADITIVOS ES MÍNIMO, PUES SE NECESARIA HABER INGERIDO CANTIDADES ENORMES DE ELLOS: UN KILO, POR EJEMPLO.



PERO

RESULTA QUE LOS TALES ADITIVOS SE VAN ACUMULANDO POCO A POCO EN EL ORGANISMO HUMANO.

POCO VENENO NO MATA, PERO SI ES POCO Y CONTINUO, ACABA MATANDO.

¿que otros peligros traen los aditivos?

el 90% de los aditivos son "seguros": el 10 % son los peligrosos

LOS RIESGOS MÁS SERIOS SON:

- 1- PROVOCAN ALERGIAS INCURABLES
- 2- ALGUNOS SON CANCERÍGENOS
- 3- AGRAVAN A LOS ASMÁTICOS
- 4- PROVOCAN ÚLCERAS Y HEMORRAGIAS EN EL SISTEMA DIGESTIVO
- 5- CAUSAN AL NIÑO HIPERACTIVIDAD

LOS ADITIVOS MÁS USADOS EN LOS ALIMENTOS



sucrosa
 dextrosa
 jarabe de maíz
 pimienta negra
 caramelo de azúcar
 dióxido de carbono
 ácido cítrico
 almidón modificado
 levaduras
 mostaza amarilla
 ácido láctico
 bicarbonato de sodio
 glutamato monosódico
 propionato de sodio
 aspartame

...y desde luego los colorantes



considerados como los aditivos más peligrosos..

la OMS (Organización Mundial de la Salud) tiene en estudio 130 colorantes bajo sospecha de ser cancerígenos.



Noruega, Suecia y otros países europeos, han prohibido el uso de colorantes en las salchichas. No se perturban para nada al comerse sus salchichas grises, y no sonrosadas, como los gringos y mexicanos.



ojo: también las vinos usan colorantes

(YA SE VERA AL HABLAR DEL VINO CHATARRA)

¿qué necesidad hay de colorear los dulces? Ninguna, pero los mercachifles han descubierto que los compran más los niños si tienen colores super chillantes.

Los benditos COLORANTES

que los fabricantes de comida chatarra emplean en sus productos, son de hecho los aditivos más peligrosos para la salud. Sobre todo tomando en cuenta que sus clientes más asiduos son los NIÑOS.

que dado su organismo no se ha acabado de desarrollar plenamente, están más expuestos a los efectos negativos de los colorantes.

Los colorantes se asoman, como el azúcar- en todo: REFRESCOS, POSTRES, CARNES FRÍAS, PASTELES Y PASTELITOS, PANES y sobre todo en DULCES.

¡ándale chavo: en mi pastelito se incluye un dinosaurio!
¡EN EL MÍO UN POKEMON!



¿qué niño se resiste a coleccionar chucherías?



Se calcula que un niño gringo, al cumplir 12 años de edad, ya se ha tragado más de 2 KILOS de inocentes colorantes.

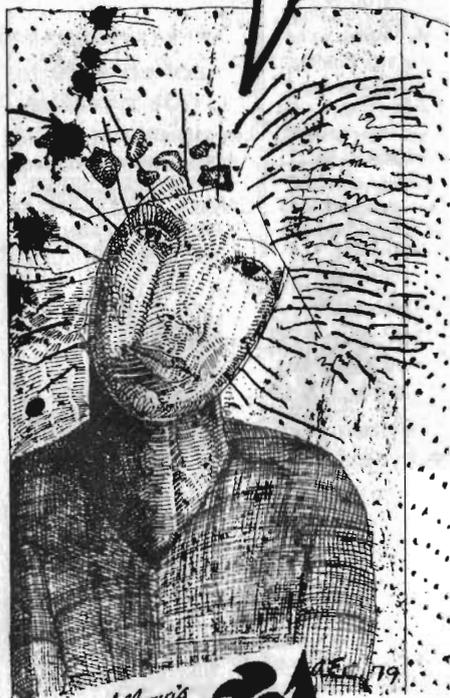
a mí lo que me gusta darles a mis hijos son los chamoys enchilados..



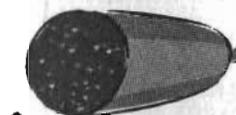
DA TRISTEZA VER CON QUÉ ALEGRÍA LES COMPRAN LAS MAMÁS A SUS ADORADOS HIJOS SUS BOLSOTAS DE PAPAS Y FRITURAS.



¿ qué enfermedades pueden provocar los colorantes ?



Kellogg's
**CORN
FLAKES**



Los más comunes son las **ALERGIAS**, esas difíciles -de curar- enfermedades que hacen sudar en serio a los médicos, que acaban por echar mano de la terapia llamada "de escopeta de postas". Disparan a varios sitios, a ver si de carambola o chiripada le atinan a lo que está provocando la alergia.



Pero hay colorantes que provocan algo más que alergia. Los ya famosos **ROJOS** (3 y 40) son los culpables de tumores de la tiroides y daño irreversible en los cromosomas. Tan malo y peligroso resulta el **ROJO 3** que ya fue prohibido su uso en los USA en alimentos y cosméticos.

El **ROJO 40**, el más usado en carnes frías, pastelitos y demás chatarras, provoca tumores linfáticos. Ya fue prohibido en Europa.

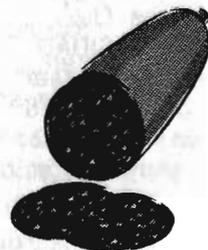
Otros colorantes, azules, verdes, amarillos, dañan los cromosomas, causan tumores cerebrales, tumores de vejiga, tumores renales.

Es decir que deben ser considerados como causantes del temido **CÁNCER**.



En México no logramos averiguar cuántos aditivos colorantes se permiten, pero es fácil imaginarse que **TODOS**. (Son asuntos que no les importan a nuestros gobernantes.) En un estudio de la FAO sobre los países que controlan o no el uso indiscriminado de aditivos, catalogan a México como "uno de los más tolerantes". Punto.

es que en México todo se puede solucionar sin llegar a la violencia..



el caso de las carnes frías es patético : **TODOS** los productos de la salchichonería nacional usan toda clase de aditivos, algunos peligrosos.

como los colorantes ROJOS



El consumidor tiene que optar por alguno y generalmente se lleva el más barato.

..oh, las "OPERIAS"!!



lo que
deveras
no acabamos
de entender,
es QUÉ
NECESIDAD
HAY DE poner
COLORANTES
en los sagrados
alimentos y
dulces.
Está claro que
a los heróicos
fabricantes de
salchichas y
caramelos, con
el afán de
hacer más
"atractivos" sus
productos, se
olvidan por
completo de
la salud de los
consumidores.

y aunque usted no lo crea,
también los usan para las
pastas de dientes.
¡horroroso horror!

Igualmente, los aceites
de cocina. Ningún aceite
de cocina tiene el color y el
aspecto que debían tener
al acabar su proceso de
fabricación. No sale un
aceite "dorado y
transparente", que tanto
seduce al ama de casa, que
no sabe que el colorante
amarillo num.3, el más
usado, provoca alergias
y tumores linfáticos, entre
otras bendiciones..



en los medios
comunicatosos (prensa,
radio, televisión) NUNCA
aparecen noticias sobre
el problema. ¿why por qué?



Ah pos porque entre
sus anunciantes están
los industriales de la
alimentación, que como
tienen dólares, pagan
requetebién...

hablando
de colores,
¡cómo me
gusta el verde
de los dólares!

YO POR ESO NO LES
PONGO A MIS TACOS,
NI COLORANTES, NI
ADITIVOS..



(Éso cree : ahora también, las TORTILLAS,
la CARNE, los chiles en vinagre y las salsas
contienen aditivos y colorantes..)

Nuestro cuerpo se ha convertido en un depósito de productos químicos. Cuando comemos pollo estamos consumiendo el arsénico que les dan para que engorden más y pongan más huevos (y que su carne luzca "amarilla"). Los amantes del jamón, las salchichas, el tocino o el queso de puerco, ignoran que a todas las carnes frías les añaden nitrato de sodio para que luzcan rojas y se conserven más días con ese sano color. A las harinas del pan y los pasteles les añaden su dosis de aluminio, que igual se encuentra en la aspirina, los antiácidos, la cerveza, la sal de mesa y los desodorantes de axilas. Y a las papas les ponen un hidrácido maléico, mientras a los helados se les pone propileno glicosado, o como se diga..



La cosa no tendría la menor importancia, como diría si viviera don Arturo de Córdova, pero da la casualidad de que el nitrato de sodio se convierte en el estómago en ácido nítrico del que se sospecha firmemente que es algo que produce el cáncer estomacal. O que el lindo aluminio se ha encontrado en todos los enfermos del Alzheimer. O que eso que les ponen a las papas para que no germinen, también es cancerígeno. Y que los aceites brominados que se le ponen a los jugos de fruta embotellados afectan a los testículos y riñones.



¡que exagerados!
si los aditivos son
tan peligrosos, ya nos
hubiéramos muerto!

no muerto, pero sí
enfermado... ¡mejor
vamos a ver que
peligros se traen



muchos de los aditivos son "mutágenos" o sea que pueden provocar MUTACIONES GENÉTICAS que afectarán.. a nuestros nietos, nomás calcule..

los aceites brominados se han venido usando desde hace 50 años para darle a los jugos "de fruta" un aspecto de frescura, aún 6 meses después de su elaboración. Canadá, Holanda y Alemania han prohibido su uso, pues provoca problemas serios en los riñones, hígado, tiroides y testículos. De todos modos aceptan jugos de otros países.



Uno de los más graves peligros de los ADITIVOS es que se prueban por separado, de uno en uno, sin tomar en cuenta cómo INTERACTUAN al mezclarlos (en un producto)

ES DECIR, EN LA TEORIA DEL LABORATORIO, UN ADITIVO PUEDE SER INOFENSIVO, PERO AL COMBINARLO CON OTROS ADITIVOS YA EN EL PRODUCTO, LA QUÍMICA PUEDE RESULTAR NEGATIVA AL ORGANISMO



EL GRAN MAL A LARGO PLAZO que provocan la mayoría de los aditivos químicos es que van a dar a las células del organismo, alterando y jodiendo la bioquímica de ellas (las células), y provocando toda clase de males y disfunciones orgánicas. Por lo general, esas células así afectadas enloquecen y acaban por volverse CÁNCER.

Al parecer, Gerber retiró ya de la circulación sus productos hechos con Glutamato monosódico, al demostrarse que afectaba en serio las funciones cerebrales.

¿el givta que?



COMO AL PARECER NADIE SABE QUE ADITIVOS SON BUENOS Y CUALES SON PEORES, HEMOS PREPARADO LAS LISTAS DE ADITIVOS, DE ACUERDO A SU PELIGROSIDAD... ¡SÓLE!

En estos tiempos de modernidad, aditivos y comida van juntos. Es inevitable. Algunos son necesarios, otros innecesarios y muchos peligrosos. Sólo los vegetarianos se salvan de consumirlos, y muchas veces, ni ellos... pues también los productos naturistas los contienen. (esperemos que los fabricantes hagan buen uso de ellos...)

Pas y no entiendo ni madre de lo que hablan..

✓

aditivos considerados SEGUROS

(en los Estados Unidos)

ALGINATO
 PROPYLENE GLICOL
 ALFA TOCOPHEROL
 ACIDO ASCORBICO
 BETA-CAROTENO
 PROPIONATO DE SODIO
 PROPIONATO DE CALCIO
 LACTILATO DE SODIO
 LACTILATO DE CALCIO
 ACIDO CITRICO
 EDTA (ácido etilenoamídico)
 GLUCONATO FERROSO
 LEVADURA MODIFICADA
 ACIDO FUMARICO
 GRENETINA
 GLICERINA
 GOMA ARABIGA
 ACIDO LACTICO
 LECITINA
 MONOGLICERIDOS
 DIGLICERIDOS
 ACIDO FOSFORICO
 ESTEREOLES VEGETALES
 POLYSORBATO 60
 BISULFATO DE SODIO
 ACIDO SORBICO
 MONOSTEARATO SORBITAN
 ALMIDON MODIFICADO
 SUCRALOSA
 MONONITRATO DE TIAMINA
 VAINILLINA
 ESTEROIDES DE ACEITE VEG.

?

aditivos considerados RIESGOSOS

aspartame
 NARANJA 2
 ROJO 40
 AMARILLO 5
 ACEITE VEG. BROMINADO
 BHA (hidroxianisol butilado)
 BHT (hidroxitolueno butilado)
 CAFEINA
 ROJO COCHINEAL (120)
 CASEINATO DE SODIO
 HEPTYL-PARABEN
 (proteína veg. hidrolizada)
 LACTOSA
 GLUTAMATO MONOSODICO
 QUININA
 DIOXIDO SULFURICO
 DISODIUM 5 RIBONUCLEOTIDO
 MANITOL
 CARRAGENA
 HIDROQUINOL-TERI-BUTYL
 AZUL INDIGOTINE
 PONCEAU (124)

 Casi todos éstos aditivos provocan alergias, ataques asmáticos, problemas digestivos, causan hiperactividad en los niños, jaquecas, migrañas y otros males ya focalizados por los médicos.

☠ aditivos declarados
CANCERIGENOS ☠

ARSENICO
 (usado en alimentos para animales)

ACIDO BENZOICO

BENZOPIRENO
 (usado en cigarros)

BENZOATO DE SODIO

BENZOATO DE POTASIO

BENZOATO DE CALCIO

VERDE LISAMINE (142)

ROJO 2

AZUL 1
 colorante de pastelería, dulces, sodas

AZUL 2
 usado en refrescos, comida para perros

DIETILEN GLICOL
 humectante en cigarros

NITRITO DE SODIO

BROMATO DE POTASIO
 aditivo en pan de dulce y ya prohibido en todo el mundo, menos USA y Japón.

PROPYLGALATO
 antioxidante en aceites, carnes, papitas, pollo

SACARINA
 usada para endulzar refrescos y aguas frías.

OLESTRA
 grasa calórica artificial 

los aditivos PROHIBIDOS en Estados Unidos

(pero permitido\$
 en otros países, sobre
 todo del Tercer Mundo
 como México)

ANTIOXIDANTES
 E 320 y E 321

COLORANTES
 AZUL 1, AZUL 2,
 AMARILLO 5 y 6,
 ROJO 3 y 40,
 VERDE 3

BVO
 (aceite vegetal
 brominado)

BHT
 (hidroxitolueno butilado)

1950
 edulcorante DULCIN

1960
 saborizante de root-beer
 SAFROLE

1966
 colorante GREEN 1
 estabilizador de cerveza
 SULFATO DE COBALTO

1970
 CICLAMATOS
 1973
 colorante VIOLET 1

1976
 colorante ROJO 2

1978
 colorante NARANJA-B

además

verde 1 > 1965
 verde 2

naranja 1 1956
 naranja 2 1960

rojo 1 1961
 rojo 4 1976
 rojo 32 1956

amarillos
 1, 2, 3 y 4 1959

CINNAMYL ANTRANILATO
 saborizante → 1982

COUMARIN 1954
 (del frijol tonka)

pyrocarbonato
 diethyl (DEPC) 1972

ethylene glycol
 (humectante)

ACEITE DE CALAMO
 (saborizante) 1968

SAFROLE
 (para la cerveza) 1960

(se encuentran en
 estudio el
 ASPARTAME y otros
 aditivos, algunos muy
 usados en el tabaco)



Algo que hay
 que entender
 sobre los
 aditivos, es que
 en su inmensa
 mayoría son
 elementos
 AJENOS al
 organismo, que
 necesariamente
 lo pueden
 afectar.

¿ alguna vez
 ha leído usted
 las odiosas
 envolturas de
 lo que comen
 sus hijos ?



NOSOTROS LO HICIMOS CON
 ALGUNAS FRITURAS AND
 PASTELITOS, Y VEA USTED →

INGREDIENTES
que los fabricantes de algunos alimentos chatarra ponen en sus envolturas, suponiendo que algún día el consumidor las lea.



PALETA PAYASO
(fabr. Ricolino)

jarabe de edulcorantes naturales, gretina, saborizante artificial, azúcar, manteca vegetal, cocoa, sustituto de leche descremada, emulsificantes, sal yodatada, saborizante artificial, bicarbonato de sodio, propionato de sodio, glucosa, ácido cítrico, y colorantes artificiales. Puede o no contener los siguientes: pectina, sorbitol y citrato de sodio.

CHEETOS
torciditos
(fabr. SABRITAS/PEPSICO)

> cereal de maíz, aceite vegetal comestible, polvo a base de queso, sal yodatada mezcla de chiles, queso enzimático, glutamato monosódico, ácido cítrico, ácido láctico, amarillo 5 (tartrazina) y amarillo 6 crepúsculo.



APRETÓN
(fabr. Jugos del VALLE)

> agua filtrada, azúcar y/o fructosa, jugo y pulpa de mango, ácido cítrico, ácido ascórbico, estabilizante, saborizante y colorante artificial, benzoato de sodio y sorbato de potasio como conservadores.

ONDAS (papas fritas)
(fabr. BARCEL)

> papas, aceite vegetal comestible, aceite vegetal parcialmente hidrogenado, sazoador, sabor salsa roja picante (chile ancho, especias, glutamato monosódico, sal yodatada, acidulante, saborizantes y colorantes artificiales.



CANELITAS
(fabr. MARINELA)

> igual que los CHOCO ROLES, más : tocoferol, ascorbato y palmitato como antioxidantes -0.02 %/leudantes, 0.53 de emulsificantes, y "especia".

FRITOS
(fabr. SABRITAS-PEPSICO)

> maíz, aceite vegetal comestible, mezcla de chiles, sal yodatada, jugo de limón en polvo, vitamínica que contiene en cada 25 g. de producto: vit. A, riboflavina, niacinamida, vitamina C, hierro y maltodextrina y saborizante artificial.

KISSES con almendras
(fabr. HERSHEY)

> azúcar, leche, manteca de cacao, lecitina de soya como emulsificante, vainillina como saborizante artificial, almendras, TBHQ, tocoferoles y ácido cítrico.

PASTISETAS
(fabr. SUANDY)

> harina de trigo, mantequilla, azúcar, grasa vegetal, fécula de maíz, glucosa, leche en polvo, sal refinada yodatada, polvo de hornear, bicarbonato de sodio, sulfato ferroso, niacina, mononitrato de tiamina, riboflavina, antioxidante y colorante artificial.

CHOCO-ROLES
(fabr. MARINELA)

> azúcar, jarabe de maíz, harina de trigo (adicionada con hierro reducido), ácido fólico, niacina, tiamina, riboflavina, zinc, grasa vegetal, 7.67% de huevo fresco, mermelada de piña, cocoa, estabilizantes, suero de leche, texturizante, glicerina, emulsificantes, aceite vegetal, benzoato de sodio, ácido sórbico, propionato de sodio, sal refinada, leudantes, ácido cítrico, colorante natural, saborizantes artificiales, lecitina de soya y colorantes artificiales. (y canela).



TANG / bebida en polvo
fabr. KRAFT

> azúcar, acidulantes, saborizantes artificiales, antimicrobiano, espesante, citrato de sodio, jugo de fruta deshidratado, dióxido de titanio, colorantes artificiales y naturales (incl. amarillo no.5) y ácido ascórbico.



NEGRITO
(fabr. Birnbo)

> harina de trigo adicionada con niacina, hierro reducido, zinc, tiamina, riboflavina, ácido fólico, aceite vegetal, azúcar, grasa vegetal, sustituto de leche descremada, gluten de trigo, levadura, emulsificantes, lecitina de soya, sal refinada yodatada, carbonato de calcio, alimento para levadura, propionato de calcio, benzoato de sodio, ácido sórbico, bicarbonato de sodio, enzimas, antioxidante, color artificial, bromato de potasio, azúcar, grasa vegetal, agua, cocoa, glucosa, gomas, aceite vegetal, colorante natural, fécula de maíz, gretina, canela molida, carbonato de calcio, propilenglicol y antioxidante.



DORITOS

fabr. SABRITAS-PEPSICO

> maíz nixtamalizado, aceite vegetal comestible, polvo sazoador con sabor a queso y jalapeño, mezcla de quesos sólidos de mantequilla, suero de leche, sólidos de tomate, chile jalapeño, acentuadores de sabor, especias, ácido cítrico, colorantes artificiales, y antiaglomerantes, oleoresina de capsicum, sal yodatada y colorante natural.



KRANKY
hojuelas de maíz
fabr. RICOLINO

> cubierta sabor chocolate, hojuelas de maíz, agente de brillo, hidrocoloides, almidón modificado, aceite vegetal, ácido cítrico, aceite de sellado para carnauba, aceite vegetal, talco inerte, emulsificante, sal yodatada, propionato de sodio como conservador.



FLIPY

(pastelillo) GAMESA

> Es prácticamente imposible leer los ingredientes, al imprimidos con la letra más pequeña que encontraron y sobre color oscuro. De lo que se logra leer -con lupa- consta que hay :

> azúcar, harina de trigo, jarabe de maíz, aceite de soya, semilla de algodón, cártamo emulsificantes, agentes laudantes, gretina, emulsificantes, lecitina de soya, sabores artificiales, agente espumante conservador, etc, etc. (Merecerían ser demandados estos cuates.)

GANSITO
(Fabr. MARINELA)

> azúcar, grasa vegetal, cocoa, suero de leche, almidón de maíz, canela, propionato de sodio, lecitina de soya, mermelada de fresa, harina de trigo adicionada con vitaminas, chispas de chocolate, huevo líquido, glicerina, emulsificantes, leudantes, sal yodatada, sorbitol, propionato de calcio, ácido sórbico, benzoato de sodio, conservadores, colorante artificial y antioxidante TBHQ.



Y así por el estilo: como habrán visto si se animaron a leer la letra chiquita, casi ninguno especifica qué COLORANTES utilizan, como tampoco queda claro el tipo de aceites que emplean. De las vitaminas añadidas, ya se sabe que no se pueden tomar en consideración por ser vitaminas desviatizadas que no sirven para nada. También hay que recordar que la leche que emplean debe tener toda una serie de aditivos a cual más tóxico, y que prácticamente ninguno de los ingredientes que se usan en la industria alimenticia es de origen orgánico. Todo es artificial.

ya metidos en gastos, nos pusimos a leer más etiquetas, no de productos chatarra precisamente. Y éstos son los resultados :

MIEL DE MAÍZ (fabr. Karo)

glucosa, jarabe de fructosa, agua, sal yodatada, saborador artificial, sorbato de potasio, ácido cítrico, colorante natural, carboximetilcelulosa

CEREZAS (fabr. Búfalo)

cerezas, azúcar, agua y colorante Rojo No. 5 y No.40

SALSA DE SOYA (fabr. PASA)

proteínas vegetales hidrolizadas de soya y trigo, agua, colorante caramelo, extracto de malta, glutamato monosódico, sal yodatada y sorbato de potasio.

MAYONESA (fabr. Hellmann's)

aceite vegetal comestible, agua, vinagre, azúcar, yema de huevo, almidón de maíz modificado, sal yodatada, sabores naturales, especias, sorbato de potasio, goma xántica, EDTA y color natural

SAL DE MESA (fabr. La Fina)

cloruro de sodio, silico aluminato de sodio, fluoruro de potasio y yodatada de potasio

SOPA DE TORTILLA (fabr. La Sierra)

tiras de tortilla frita (maíz blanco, aceite vegetal parcialmente hidrogenado de girasol o algodón y trigo como antioxidante), sal yodatada, maltodextrina, mezcla de chiles molidos, sabor natural a queso, harina de trigo, tomate en polvo, grasa de pollo, glutamato monosódico, saborizantes naturales y artificiales, azúcar, color amarillo 6 la-ca, sólidos de leche, epazote y cilantro deshidratados y cebolla deshidratada.

SALSA DE CHILE HABANERO (fabr. Lol-Tun)

vinagre, chile habanero, zanahoria, cebolla, sal yodatada, condimentos benzoato de sodio y sorbato de potasio.

CUBOS DE POLLO Y TOMATE (fabr. MAGGI)

sal yodatada, grasa vegetal, glutamato monosódico, condimentos, azúcar refinada, tomate deshidratado, carne y concentrado de gallina, grasa de pollo, proteína vegetal hidrolizada, fécula de maíz, extracto de levadura, ácido cítrico, cúrcuma, potenciador de sabor, colorantes naturales y artificiales

OTROS CUBOS DE POLLO Y DE VERDURAS, DE OTRAS MARCAS, TIENEN LO MISMO.

PAN MOLIDO (fabr. Bimbo)

...emulsificantes, gluten de trigo, texturizante, 0.4% de huevo, alimento para levadura, propionato de sodio y/o calcio, colorante artificial, sulfato ferroso, mononitrato de tiamina, saborizante artificial, ácido ascórbico, bromato potasio.

INSTANT LUNCH (fabr. Maruchan)

harina de trigo enriquecida (harina de trigo, niacina, hierro reducido, mononitrato de tiamina, riboflavina, ácido fólico), aceite vegetal parcialmente hidrogenado, (contiene uno o más de lo siguiente: canoa, semilla de algodón, palma), sal, vegetales deshidratados, camarones criodesecados, lactosa, salsa de soya deshidratada, glutamato monosódico, proteína vegetal hidrolizada, especias, caldo de pollo deshidratado, color caramelo, carbonato de potasio, lecitina de soya, fosfatos de sodio, carbonato de sodio, inosinato y guanilato de sodio, cúrcuma. (¡uf..!)

para que los lectores comparen y saquen sus sabias conclusiones, también leímos los ingredientes de un alimento para perros (agradecidos, se supone:)



ALIMENTO PARA PERROS (Pedigree)

harina de trigo, gluten de trigo, cebada perlada, sal, aceite de girasol, tripolifosfato de sodio, saborizante natural, alpinato de sodio, goma de guar, colorante caramelo, minerales y vitaminas (siguen varias) goma xantano, cebollas, ajo y nitrito de sodio



Como decíamos ayer, hay aditivos en TODO. Una vuelta por cualquier supermercado y la lectura de etiquetas basta para caer en cuenta de esa triste realidad. Aquí una lista -incompleta- de los principales aditivos que contienen los productos "consultados".

ACEITES COMESTIBLES

mono y diesteratos de glicerol, BHA y BHT, ácido ascórbico

BACALAO Y PESCADOS SECOS

anhídrido sulfuroso, anhídrido carbónico, nitrato de sodio, alquitrán (ahumado)

CAFÉ INSTANTÁNEO

alcohol propílico, cloruro de metileno, ciclohexano, dibromometano, dicloroetileno (DCE) y tricloroetileno (TCE), esencias 60-80

CARNES FRESCAS

alkanato, papaína, asafétida, antibióticos, pesticidas, metilvioleta (tinta marcador) metales pesados y hormonas sintéticas.

CARNES FRÍAS

ácido ascórbico, ácido cítrico, ascorbato de sodio, carbonato de magnesio, nitratos, nitritos, asafétida, almidones, fosfato de calcio, sulfato de sodio, agar, lactoserum, gomas, gelosa, polifosfato, enzimas proteolíticas, fosfato de potasio

CEREALES DE CAJA

colorantes, antioxidantes, sulfato de aluminio, acetato de sodio, nutra-sweet

CHOCOLATES

saborizantes, aromatizantes, manteca de cacao procesada, glucosa, sorbitol, polioxietileno sorbitol, vainilla, etilvainillina, carboximetil celulosa, glicol dietileno

DULCES

ácidos ascórbico, cítrico, láctico, sórbico, benzoico; colorantes, saborizantes, vaselina, almidón, benzoato de sodio, lactatos de calcio y de sodio, gelosa, pectinas, sorbitán monolaurato, manitol, glucosa, sucroglicéridos, cinamaldehído, óxido de calcio (cal viva), propilén glicol, carbonato de calcio, óxido de titanio, BHA y BHT, alginatos, agar

GALLETAS, PAN, PASTELES Y DEMÁS

mono y diglicéridos, alginato de sodio, propionato de calcio, colorantes y saborizantes, ácido butírico, cinamaldehído, bromato de potasio, bicarbonatos, fosfato de aluminio, cloruro de aluminio, alumbre, cloromine-T, ácidos cítrico, ascórbico, láctico, tartárico y acético, acetato de calcio, fosfato ácido de sodio, vitaminas sintéticas, polioxietileno, nitrato de sodio, fosfato cálcico, bitrartato de potasio, acetato de almidón, parafina, sucroglicéridos, antioxidantes, pectina, gomas, glucosa, alginatos, etc, etc, etc.

HELADOS

glicol dietileno, alcohol polivinílico, carboximetil celulosa, agar, gelosa, alginatos, pectina, almidón, saborizantes y colorantes

JUGOS ENLATADOS, EMBOTELLADOS O TETRA-PAK

anhídrido sulfuroso, ácido benzóico, cinamaldehído, caseína, cola de pez, albúmina, taninos, colorantes y saborizantes, glucosa, cloruro estanooso, carboximetil-celulosa, dimetil polisiloxano

LECHE ENLATADA O TETRA-PAK

ascorbato de sodio, carbonato y bicarbonato de sodio, peróxido de hidrógeno, goma de avena, vitaminas sintéticas, aspartame (las light), ácidos ascórbico, cítrico y láctico, ceras (del envase), cloruro de calcio, fosfatos sódico y potásico, citratos alcalinos, vitaminas sintéticas, metales pesados

MANTECAS Y GRASAS VEGETALES HIDROGENADAS antioxidantes, galeatos de propilo, octilo y dodecilo

MANTEQUILLA y MARGARINA

ácidos ascórbico, bórico, nordihidroguayarático (!); bicarbonato sódico, benzoato de sodio, nitrato de sodio, citrato monoisopropílico, estearil citrato, almidón, diacetilo, colorantes amarillos, grasas hidrogenadas, BHA, vitaminas sintéticas

MARISCOS ENLATADOS

hexametilentetramina, benzoato de sodio, ácidos benzóico y cítrico, colorantes

MERMELADAS

ácidos cítrico, tartárico, benzóico; benzoato de sodio, tartrato sódico-potásico, pectina, alginatos, agar, gelosa, gomas, metil celulosa, dimetilpolisiloxano, almidón

GELATINAS Y FLANES EN POLVO

glicol dietileno, lactato de calcio, ortofosfatos y pirofosfatos alcalinos, ácido fumárico, colorantes y saborizantes

QUESOS FRESCOS Y FUNDIDOS

ácidos málico, acético, piroligneo; cloromine T, polifosfatos, propionato y citrato de calcio, fosfatos, citratos, alumbre, alginato de sodio, hipoclorito de sodio, parafina, carboximetil celulosa, peróxido de hidrógeno, hipoclorito de sodio, metafosfato de sodio, carbonato de calcio, enzimas y colorantes

REFRESCOS

ácidos cítrico, ascórbico, láctico, sórbico, fosfórico; benzoato de sodio, citratos alcalinos, alginatos, cinamaldehído, sorbitán monolaureato, BHA, cafeína, aspartame (los light), colorantes, saborizantes, aromatizantes... y gas

SOPAS ENLATADAS e INSTANTÁNEAS EN POLVO

fosfato de sodio dibásico, glutamato monosódico, ácido cítrico, dimetil polisiloxano, BHA, saborizantes, colorantes y aromatizantes

YOGURTH

ácidos sórbico, bórico, tímico y salicílico, fosfato dipotásico, alumbre, sorbatos alcalinos, glucosa, enzimas, alcohol etílico, colorantes y saborizantes

como ven
si lo vieran
muchísimas
provetas
utilizan
todavía el
GLUTAMATO
MONOSÓDICO



que
se usa
alegremente
en todas
las sopas
rápidas,
de sobrecito
"listas para
comerse:
añádale
solo agua
hirviendo.."



NUEVAS ADVERTENCIAS RESPECTO AL GLUTAMATO MONOSÓDICO

El glutamato monosódico es una sal del ácido glutámico, un aminoácido no esencial, presente en los alimentos, que forma parte de muchas proteínas en nuestro organismo. No obstante desde 1908 un químico japonés descubrió que esta sustancia tiene la propiedad de incrementar el sabor de los alimentos, por lo que desde los años 50's se comenzó a utilizar masivamente en la industria alimentaria como aditivo para incrementar el sabor, muchas veces muy disminuido en tales productos que generalmente son sujetos a numerosos procesos que los desnaturalizan. Los productos que generalmente lo llegan a contener desafortunadamente son muchos: papas fritas y otras frituras, "caldos" granulados de res, pollo, o jitomate (que son los que en general lo contienen en mayor medida), salsas, sopas preparadas de sobre o lata, sazónadores diversos, etc. Se calcula que en los países como el nuestro se consume de 0.3 a 19 g al día, no obstante en un solo platillo o una comida demasiado sazonada con tales productos se pueden llegar a consumir 4.6 g.

Se sabe que en 1968 muchos trabajadores de un complejo industrial reportaron lo que se conoce como "el síndrome del restaurante chino", asociado a una ingestión alta de "ajinomoto", un sazonador hecho básicamente con glutamato monosódico. Este síndrome generalmente aparece en personas susceptibles entre las que predominan las mujeres y se caracteriza por dolor de cabeza, sensación de quemazón y rigidez en los músculos de la espalda y el cuello, opresión en el tórax; la rigidez no se acompaña de contractura muscular y las molestias en el tórax no muestran alteración concomitante en el electrocardiograma. Después del primer informe han aparecido numerosos estudios en la literatura médica que confirman que el GMS es responsable del síndrome descrito. Pero también se han descrito otros síntomas asociados a su consumo, como los que describe la doctora Mara Madeiros: tensión alrededor de los ojos, enrojecimiento, visión borrosa, disminución de la agudeza visual, lagrimeo, rigidez de la cara, sudoración excesiva, debilidad, taquicardia, opresión del pecho, retención de agua, resequedad de la boca, sed excesiva, irritabilidad, comezón e irritación de la piel, respiración corta, náusea, dolor abdominal, diarrea, calosfrio, estornudos y asma. Uno de los problemas más grandes es que puede presentarse un cuadro asmático que puede comprometer la vida de una persona sensible; los problemas no se evitan tomando antihistamínicos y se presentan en un lapso de 15 minutos a 14 horas después de la ingestión. Su duración es variable y los efectos también dependen de la dosis ingerida o si el alimento se comió en ayunas y por otra parte se ha comprobado que combinado el GMS con el edulcorante aspartame, los niveles de glutamato en la sangre son más elevados. Las personas sensibles presentan reacciones con dosis menores de 3 g y las posibilidades aumentan cuando se ingieren más de 5 g.

Aunque el "Síndrome del restaurante chino" se detectó originalmente entre los asiáticos a las comidas orientales, que usan mucho GMS, lo mismo puede presentarse con cualquier estilo de comida en la que se utilice el GMS. En varios países en algunos restaurantes ya se puede pedir comida sin o con GMS.

El GMS es una sustancia que está siempre en nuestro organismo; se sabe que es un neurotransmisor del sistema nervioso central, pero como aditivo en los alimentos tiene un efecto tóxico en las células nerviosas, de hecho su propiedad de acentuar el sabor de los alimentos se atribuye a su estimulación de las papilas gustativas. En experimentos con roedores se ha producido la muerte de células en el hipotálamo si se administra desde que los animales son pequeños, además favorece la esterilidad y la obesidad.

Desde hace varios años la industria alimentaria lo eliminó voluntariamente de los alimentos para bebés, porque se había comprobado que podía afectarles neurológicamente. El problema hoy en día es que en nuestro país los famosos "caldos de pollo o res" granulados se consumen en altísimas cantidades en los hogares y cocinas comerciales, tanto que es difícil encontrar un hogar en el que no formen parte cotidiana de la preparación de los alimentos para la familia, los que naturalmente también consumen los niños, quienes de hecho suelen iniciar su destete con algunos de los alimentos preparados para la familia. Así la recomendación obvia es eliminar su consumo, disminuirlo o en su caso no dar de comer a los niños alimentos que lo contengan. Mucho mejor alternativa, más sana y económica es el uso de hierbas y especias para sazonar los alimentos, que es la forma tradicional que por siglos se ha utilizado.

Por último cabe recordar que los "caldos" granulados son un producto excesivamente caro, ya que llega a costar hasta más de 20 nuevos pesos el kilo, cuando la verdad es que estos productos son básicamente sal con sabor, ya que la contienen hasta en un 75%. La sal común por su parte no cuesta más de un peso el kilo.

(TOMADO DE
LA
DOLOROSAMENTE
DESAPARECIDA

GUÍA DEL CONSUMIDOR

12 CUBOS

Knorr

La marca de calidad Suiza

CONT. NET. 132 g

40

Caldo de Pollo

1 / REFRESCOS

(por su contenido de azúcar, cafeína, colorantes y soda carbonatada con gas)



2 / CEREALES EN CAJA

(LOS PEORES. LOS DE COLORES) exceso de azúcar —que a veces es sacarina—, aditivos y colorantes)

3/ PASTELITOS

(harina blanca, azúcar o edulcorantes, colorantes, glutamato monosódico, otras porquerías)

4/ FRITURAS

(aceites hidrogenados, colorantes, harina de maíz transgénico, sal en exceso, colesterol)

5/ GELATINAS

(las que se venden en los comercios, por su alto contenido de aditivos —en la leche—, de azúcar blanca y de colorantes riesgosos)

6/ REFRESCOS INSTANTÁNEOS

(no tienen nada natural: sólo son azúcar y colorantes químicos)

7 / MALVAVISCOS

(Y en general TODOS los dulces y chocolates, por su alto contenido de azúcar, aceites y colorantes artificiales)

8 / PAPITAS

(aparte de lo caras que resultan, tienen demasiada sal y aceites hidrogenados)

9 / PAN DE DULCE

(sobre todo las DONAS, por todo lo que contienen, como ya vimos en el pan)

10 / PEPPERONI

(mucho sodio, sal, nitritos, colorantes y grasa)

los
10
peores
"alimentos"
chatarra



(no están necesariamente en orden de maldad, pero podrían estarlo..)

LAS
envolturas
contaminantes
de la
comida chatarra

han invadido calles y campos en todo el país. Junto con los envases plásticos de refrescos, ensucian, afean y contaminan todo, sin que a la gente parezca importarles un carajo.

todos estos
dizque alimentos,
NO ALIMENTAN NADA.
pero si logran que
la gente engorde..



frituras

Aunque vamos a analizar algunas de ellas en especial. **TODAS LAS BOTANAS Y FRITURAS** tienen en común que:

- *NO TIENEN NINGÚN VALOR ALIMENTICIO

- *CONTIENEN MUCHÍSIMA GRASA

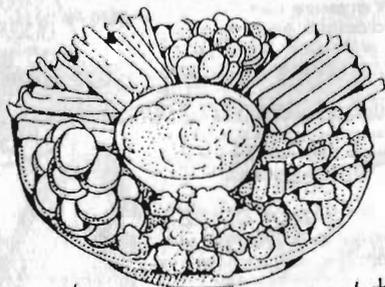
- * ENGORDAN

- * CONTIENEN DEMASIADA SAL

- *SE OXIDAN RÁPIDAMENTE

- * y CONTAMINAN (nada más vea la monstruosa cantidad de envolturas de chatarra food tiradas por las calles de todo México)

Comer Sabritas es como estar comiendo un pedazo de papel embarrado de sal y aceite.



Los zares de las frituras y botanas -los totopos más caros del mundo- son los dueños de SABRITAS, que es la rama chatarrera de la PEPSI-COLA, que no satisfechos con envenenarnos con sus refrescos, han invadido al país con su basura empaquetada...

fórmula para elaborar en casa chicharrones de harina de trigo

...o de harina de pescado, que también se venden mucho!



Entrevistado un modesto fabricante de chicharrón de harina de trigo, declaró: "Es muy sencillo. Usted lo puede hacer en su casa. Agarre harina de trigo, de la blanca, añádale agua y sal, hasta que parezca engrudo. Luego se extiende en una lámina cuadrada, bueno, más o menos cuadrada, y luego la lleva a la azotea cuando esté haciendo buen sol. ¿Moscas en la azotea? Pos sí, pero pos ni modo de poner a un muchacho que las esté espantando, ¿no? Luego, ya que se seca la pasta, la metemos en una olla o un cazo lleno de aceite para que se fría y ya estuvo. Se serrucha o se parte en pedazos y se sale a vender en bolsitas de plástico afuera de las escuelas.

-¿Y esa cosa negra que queda en el cazo?

-No pus es la caquita de las moscas. Pero no se preocupe, que con el calor del aceite todo queda rebien purificado..."

Pos puede que mis frituras no nutran, pero de que saben a toda madre ni lo duden...

CONTENIDO NUTRICIONAL DE BOTANAS, PAPAS FRITAS Y FRITURAS = 0.00 gr.



el ácido cítrico y el chile en polvo que traen las frituras y botanas, excitan las papilas de la lengua y todo el sistema digestivo. Pero los sabritones, cheetos, fritos, totopos, doritos y charritos, se venden ora sí que como pan caliente, ¡iñor!

Los chicles



¿el CHICLE es un alimento o qué diablos?

Quizás el más antiguo de los productos chatarra sea el gringuisimo chicle, que en honor a la verdad tiene como origen a México.

En la parte maya de Mesoamérica, que incluye a Belice, Guatemala, Honduras y el sureste mexicano, ya los nativos masticaban una goma procedente del árbol del chicle, que no es otra cosa que el CHICOZAPOTE.

El chicle llegó a Estados Unidos via los soldados gringos invasores de México durante la Guerra del 47 y desde entonces se quedó y naturalizó (y echó a perder, pues allá le añadieron el sabor de azúcar), como símbolo, junto con la Coca-Cola, del homo americanus.

el chicle azucarado es sin lugar a dudas, un producto chatarra.

¿para qué sirve ?

Los ameriyanquis, siempre tan prácticos, consideran que la masticada de chicle relaja la tensión, ayuda a los choferes a no dormirse y concentrarse en la manejada. Y dentro de las mochilas de los soldados yanquis que van a luchar "por la democracia" en las últimas guerras, no falta nunca una buena provisión del chicle Humedece y perfuma la boca, calma el apetito (dicen) y acaba con los dientes, si no se los lava la víctima después de 2 horas de masticar. Los únicos chicles que no provocan ese daño dental, son los sin-azúcar. *



Un grupo de dentistas de la Universidad de Liverpool en Inglaterra, afirma que el uso del chicle sin-azúcar, además de no provocar la temible caries dental, puede ayudar a la dentadura.

Aseguran los dentistas que, siendo la saliva un importante mecanismo de defensa contra las bacterias y la acidificación, impide que se forme la placa bacteriana cuando no hay oportunidad de lavarse los dientes.

Por otro lado, afirman que las sustancias que llevan consigo los chicles sin azúcar (sorbitol y xylitol, especialmente) pueden provocar problemas gastrointestinales. Sobre todo si se consume demasiado. Usado moderadamente, el chicle sin azúcar puede ser masticado hasta por los niños de corta edad. Todo está en que no se lo traguen.

*
(el único problema es que, en vez de azúcar, usan ASPARTAME).



la obesidad se ha convertido en el problema núm. uno de salud en los Estados Unidos (nuestro "modelo" a seguir) por el exceso de harinas blancas, grasas y azúcar, en los alimentos consumidos por ella.

46 MILLONES DE NORTEAMERICANOS SON OBESOS.



la obesidad se ha vuelto el PROBLEMA de salud número UNO en los USA. No sólo por el horror que provoca ver a tantas adolescentes GORDAS en las calles, sino sobre todo por las enfermedades que trae consigo la obesidad, desde ataques cardíacos prematuros, hasta cáncer a temprana edad. Y al demostrarse que la obesidad es causada por el abuso de refrescos y comida chatarra, ya se está PROHIBIENDO en muchas escuelas públicas la venta de refrescos y comida chatarra dentro de esos establecimientos.

¿Qué sigue..?

la harina blanca que se consume en los USA (y que también llega a venderse en México), está irradiada con rayos X y Cobalto 60 para que se conserve más tiempo



LO QUE MAS CONSUME LA GENTE ACA EN GRINGOLANDIA, ES PURA COMIDA (Y BEBIDA) QUE ENGORDA Y NO NUTRE..

JUNK FOOD



los
peores
ENGOR-
DANTES

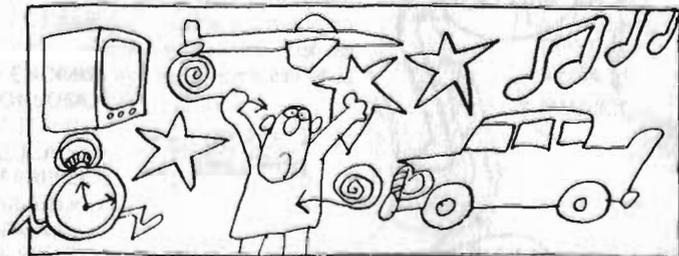
Refrescos
Pasteles
Pan blanco
Cereales de CAJA
Pastelillos
Caramelos
Helados
Hamburguesas

A MIS
HIJOS NO
LES FALTA
NADA: SIEMPRE
HAY COCA-COLA
Y TWINKYS
EN CASA..



DICEN QUE CUANDO EN
ESTADOS UNIDOS TOSEN,
EN MÉXICO NOS DA
PULMONÍA.
¿SERÁ NECESARIO QUE
TENGAMOS ADOLESCENTES
OBESAS POR NUESTRAS
CALLES (que ya las hay, mas
no en cantidades industriales)
PARA QUE PONGAMOS
ATENCIÓN AL PROBLEMÓN
QUE ESTÁN CAUSANDO
LOS REFRESCOS Y LA
COMIDA CHATARRA ??

Al engordar sin recibir elementos nutritivos, el niño o adulto se desnutre, adquiere la ANEMIA y su organismo queda indefenso ante todo tipo de enfermedades, incluso mentales...



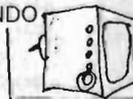
LA LOCURA Y LOS TRASTORNOS MENTALES HAN SIDO DESDE SIEMPRE ATRIBUIDOS A CUESTIONES HEREDITARIAS O AL RITMO TAN AGITADO DE LA VIDA MODERNA. ESE RITMO SE HA AGITADO MAS Y MAS -DICEN LOS LOQUEROS- Y POR ENDE, LOS LOCOS, DEPRIMIDOS, ESQUIZOFRÉNICOS E HÍSTERICOS HAN AUMENTADO PEOR QUE LA CORRUPCIÓN OFICIAL MEXICANA.

y peor con
el uso y abuso
de anti-depresivos,
sedantes,
y estimulantes



Y LO PEOR:
¡QUE HASTA
LAS COMUNIDADES
INDÍGENAS TIENEN
YA MUCHÍSIMOS
ENFERMOS
MENTALES!

INTRIGADOS, UN GRUPO
DE MÉDICOS CANADIENSES
LLEVARON A CABO UN
ESTUDIO SERIO Y PROFUNDO
SOBRE EL PROBLEMA...



¡A MÍ
ENLOQUECER
LA MUJER
BIONICA!

descubriendo que la principal causa
de las enfermedades mentales
es la DESNUTRICIÓN

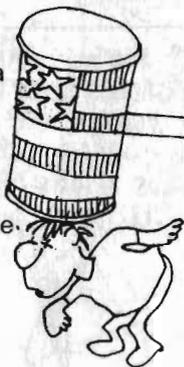


Y BÁSICAMENTE, EL CAMBIO DE DIETA.

los viejos hábitos alimenticios de la gente del campo (y en mayor parte de las ciudades) han cambiado al adquirir algunos de los peores hábitos de la "dieta americana": la JUNK FOOD



La invasión de comida chatarra en los últimos 50 años ha transformado los hábitos de muchísima gente en los países del Tercer Mundo



EN LOS ÚLTIMOS 20 AÑOS, LA DIETA DE CASI TODOS LOS PAÍSES DEL DIZQUE "MUNDO LIBRE" SE HA ABRINGADO, Y NOS HAN INVADIDO LOS ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS

"PURIFICADOS, PRESERVADOS, COLOREADOS, PASTEURIZADOS, ENLATADOS, EMPACADOS Y PROCESADOS !!"



Ya se sabía que UNA de las causas de las enfermedades mentales era la mala nutrición...

de buenas a primeras la gente, influenciada por la televisión ha incorporado a su dieta los refrescos y frituras, el pan de caja y las sopas instantáneas, y los niños los cereales para el desayuno..

..pero, cuando los médicos canadienses empezaron a curar dementes y esquizofrénicos con ..vitamina B y C.. más una buena alimentación y una ocupación física apropiada..



comprobaron que ,al no haber una herencia de locura, la principal causa de los trastornos estaba en la DESNUTRICIÓN.

EL ENORME CONSUMO DE PASTELITOS, AZÚCAR, REFRESCOS, HELADOS Y DEMÁS ALIMENTOS CHATARRA, LLENOS DE ADITIVOS QUÍMICOS, SOBRESTIMULAN AL PÁNCREAS, HACIÉNDOLO PRODUCIR INSULINA EN EXCESO...



Y EL EXCESO DE INSULINA EN LA SANGRE ES CAUSA DE TRASTORNOS MENTALES..Y DESNUTRICIÓN.

¿qué clase de trastornos mentales produce la chatarra?

esos trastornos mentales se manifiestan en el adulto como ansiedad y esquizofrenia, y en los niños como una HIPERACTIVIDAD incontrolable..

culpable de la mala conducta y el pobre aprovechamiento en la escuela



al dejar de consumir alimentos chatarra, niños y adultos sufrían una transformación radical en su comportamiento.

Sus enfermedades mejoraban radicalmente al someterse a una dieta equilibrada y sin comida chatarra.

EL EXCESIVO CONSUMO DE ALIMENTOS CHATARRA EN LOS NIÑOS HA SIDO CONSIDERADO COMO EL CAUSANTE PRINCIPAL DE

AGRESIVIDAD, HIPERQUINESIS, DEFICIENCIA INTELECTUAL, INESTABILIDAD Y DESNUTRICIÓN.



Los mal llamados
ALIMENTOS
chatarra, tienen como
principal característica
que NO ALIMENTAN
para nada.

Nos referimos en
especial a las papitas,
frituras, pastelitos, botanas
refrescos y juguitos chafa,
que desgraciadamente
consumen tanto los
niños con el absurdo
consentimiento de sus
padres (y maestros).

Pero lo más grave que
está pasando con la
ALIMENTACIÓN
es que también los
ALIMENTOS BÁSICOS
como son
EL PAN, LA LECHE,
EL ACEITE DE COCINA,
LA SAL Y EL AZÚCAR,
LAS DISTINTAS CARNES
(naturales o procesadas)
LOS HUEVOS y hasta
LAS FRUTAS Y VERDU-
RAS (por su contenido
transgénico) y
LAS TORTILLAS,
se han vuelto ya
ALIMENTOS
CHATARRA.



vamos a ver a
continuación
UNO POR UNO
nuestros
ALIMENTOS
BÁSICOS

pan, leche,
huevos, azúcar,
aceite de cocina,
tortillas, carne,
pollo, jamón
y queso..

(y otros alimentos
que la publicidad de
la televisión ha con-
vertido en
"básicos" para los
niños, como los
CORN FLAKES
Y SIMILARES)

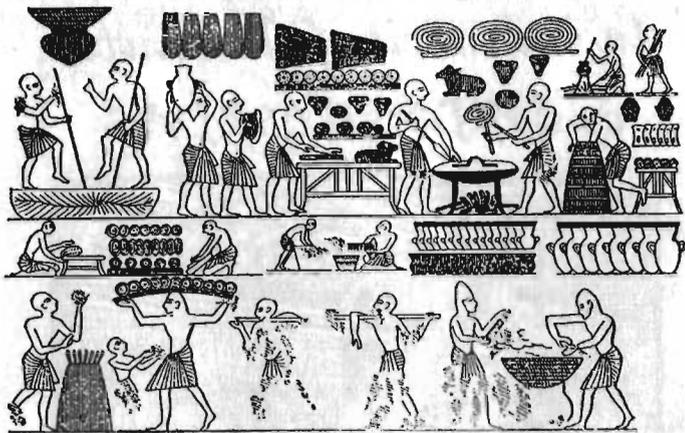
..y los
refrescos,
que muchos
consumen como
básicos e
indispensables,
¡caraxo!

el santo olor de la panadería la industria fabricante de GORDOS y GORDAS



donde se habla del PAN, pero del mero bueno

→ Posiblemente sea el pan el alimento más antiguo del mundo



EL PAN ES UN PRODUCTO RESULTANTE DE COCER UNA PASTA COMPUESTA DE >>>>>



HARINA, LEVADURA, SAL Y AGUA

¿Y NADA MÁS?

así es :
NADA MÁS.



sin embargo, leyendo los ingredientes que trae la envoltura de uno de esos panes con marca gringa, vemos una serie de raras sustancias que no tienen nada que ver con la receta original:



"TEXTURIZANTE, AZÚCAR, MANTECA VEGETAL, ENZIMAS FUNGICAS, HARINA DE TRIGO, PROPIONATO DE SODIO, SAL YODATADA, ALIMENTO PARA LEVADURA..."

en efecto: eso que hoy llaman Pan, no tiene nada que ver con lo que comíamos antes de la guerra...



AL RESPECTO, EL DR. JEAN MAYER, ASESOR DE LA CASA BLANCA EN CUESTIONES NUTRITIVAS, DIZO:

"el pan que se come en los Estados Unidos, ni siquiera se puede llamar así: NO ALIMENTA EN LO ABSOLUTO"



¿Y EN QUÉ SE PARECE EL PAN GRINGO AL MEXICANO?

¡EN TODO! NUESTRO PAN SE HA AGRINADO!

todas las compañías que se dedican a la industrialización del pan son extranjeras (gringas o españolas), con sus muy lobles y mexicanas excepciones, como las pequeñas empresas que elaboran buenos panes integrales.

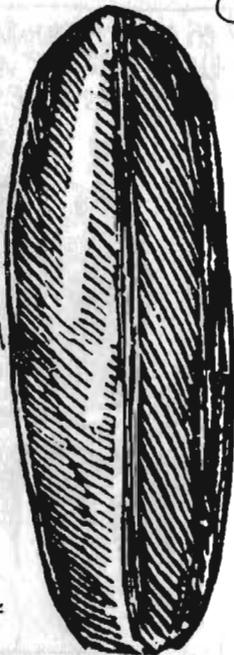
Claro, si nos premeamos nostálgicamente extremistas, veremos que realmente nuestro pan es:

¡ la tortilla de maíz !



El dios del maíz

NI LOS ESPAÑOLES NI LOS FRANCESES INVASORES, PUDIERON QUITARNOS LA TORTILLA... Y LA CORTA EXPERIENCIA MAXIMILIANO-AUSTRIACA NO PUDO - POR DESORACIA-IMPONER EN EL GUSTO MEXICANO EL RÍQUISIMO PAN NEGRO, Y ASÍ NOS QUEDAMOS CON EL PEOR DE LOS PANES: EL PAN BLANCO...



¿ y qué tiene de malo el pan BLANCO ?



veamos : éste es un grano de trigo



¡ ¡ ¡ ¡ ¡ DONDE ESTÁN LAS VITAMINAS... !



PARA ELABORAR LA HARINA SE LE QUITA LA CASCARILLA (EL SALVADO) Y EL GERMEN... (QUE SI SE USAN PARA ELABORAR EL PAN NEGRO (O INTEGRAL)).

QUEDANDO ASÍ UNA HARINA BLANCA, BLANCA, PERO POBRE POBRE, QUE ES LA QUE SE USA PARA HACER EL PAN BLANCO

SIN VALOR NUTRITIVO



¿ ENTONCES (PIRA) POR QUÉ SE USA ?

" la harina blanca la prefieren los ejecutivos de la industria debido a que se conserva más tiempo que los productos hechos con harina integral, y debido a que los insectos la evitan, PUES NO TIENE el suficiente valor nutritivo como para mantenerlos vivos..."

DR. JEAN MAYER

para evitar el moho del pan, se le añade a la harina esta linda colección de aditivos:
DIACETATO DE SODIO
ÁCIDO ACÉTICO
ÁCIDO LÁCTICO
Fosfato de Monocalcio
PROPIONATO DE SODIO

¡ NI LOS INSECTOS AGUANTAN EL PAN BLANCO !



UN BOLILLO, UNA TELERA O UNA BARRA DE PAN BLANCO CONTIENEN EL 10 POR CIENTO DE LAS VITAMINAS, PROTEÍNAS Y MINERALES DE UN PAN HECHO CON TRIGO ENTERO..

¿ lo véis ? el pan blanco si alimenta no le hace que sea poquito..

DIGAMOS QUE ALIMENTABA...

el pan blanco, aunque poco, ALIMENTABA.. hasta que llegó la maldita química a fregar todo el asunto...

valor nutritivo



PAN BLANCO





Y LA
MANUFACTURA
DEL PAN SE
CONVIERTO EN
INDUSTRIA
PANIFICADORA...



industria que
utiliza en la
hechura del
pan hasta un
30% de
ingredientes
químicos y
artificiales

El primer paso para hacer el PAN-QUÍMICO es blanquear con química la harina (ya blanca y sin nutrientes) para hacerla más blanca... pues dicen que "lo blanco es pureza"...



EL BLANQUEO SE HACE
CON PIRÓXIDO DE BENZENO,
ALUMINIO, ÓXIDO NITROGENADO,
YESO, AMONÍACO, TRICLORURO
NITROGENADO, CLORO, etc.

Los blanqueadores químicos tienen varias "virtudes": destruyen los ácidos grasos, la vitamina E y los aminoácidos de la harina... y el cloro-usado en los detergentes, imagínese- "nada más" acaba con la necesarísima flora intestinal...



en el proceso
de blanqueado, la
harina PIERDE
22 nutrientes !



PERO A CAMBIO
SE ENRIQUECE CON
VARIOS VENENOS...



¿hay más
venenos
químicos
en el pan?

si pues:
posemos
a la
LEVADURA

ANTES DE LA LLEGADA DE LA QUÍMICA A LAS PANADERÍAS, PARA FERMENTAR LA MASA SE USABA LA Levadura natural, FRESCA, RICA EN VITAMINA B... pero LOS INEFABLES GRINGOS INVENTARON UN SUSTITUTO QUÍMICO DE LA LEVADURA: el YEAST-FOOD, o "alimento para levadura".



vea las etiquetas de los dizque panes de BIMBO; WONDER, SUNBEAM y demás empresas dizque "nacionales": TODOS contienen ese veneno 100% químicamente puro que es el "alimento para levadura"...

TODO MUNDO BUSCA Y PREFIERE EL PAN "FRESCO"... SIN SABER QUE PARA LOGRARLO LOS H. INDUSTRIALES LE PONEN UNA SUSTANCIA tóxica LLAMADA etileno (polioxy ethilene monostearate) PARA QUE "PAREZCA" FRESCUITO.



desde luego que BIMBO NO pone "ETILENO" entre SUS ingredientes... ¡ que va!

..le ponen EMULSIFICANTE y hasta salubridad queda contenta...



A LOS PANES BIMBO Y SIMILARES (PAN DE CAJA) SUELE AGREGARSELE CONSERVADORES, ADITIVOS Y PESTICIDAS, TODOS DE ORIGEN QUÍMICO.



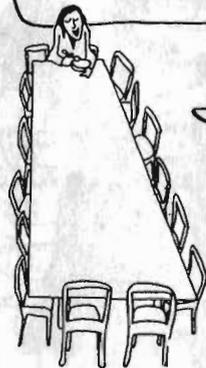
"antioxidante, colorante, propionato de sodio, bromato de potasio, texturizante, sorbato de potasio"

Hay otros conservadores de la harina que a largo plazo producen cáncer hepático o tumores de la piel. A saber:

- ÁCIDO LÁCTICO
- ÁCIDO CÍTRICO
- ACETATO DE CALCIO
- YODATO DE POTASIO
- FOSFATO ÁCIDO SÓDICO
- HIDROXQUINOLINA B

¿QUÉ CLASE DE PORQUERIAS SON ÉSAS?

DESDE LUEGO SON SUSTANCIAS QUE NO ALIMENTAN EN LO ABSOLUTO.



Y QUE, POR SUPUESTO, SE USAN TAMBIÉN EN EL PAN DE DULCE, BOLLITOS Y TELERAS..

Y ENCIMA QUE NO ALIMENTAN, PERJUDICAN AL ORGANISMO..



Tomemos como ejemplo uno de esos ingredientes: el **PROPIONATO MYCOBAHN** de DuPont, bactericida y tal. Pues lo que el público no sabe es que tras destruir las bacterias, destruye las enzimas que le permiten al organismo **asimilar el CALCIO**.

(dicho MYCOBAHN es tan poderoso como los insecticidas Malathion o Lindano..iy se permite su uso en el pan !

al pan blanco se le quitan, como ya vimos, 22 nutrientes en el proceso de **BLANQUEADO**. Pero, a cambio, se enriquece con 4 vitaminas...



es que somos empresarios muy cristianos y queremos hacer el bien al pueblo desprotegido & jodido..

vitaminas que, por ser sintéticas, no sirven para nada: ni le hacen bien al organismo, ni aportan nada para la nutrición...
¡ SIMPLE Y LLANAMENTE, SON VITAMINAS PATITO !!

pues serán patito, pero el PAN se vende como pan caliente !



otro compuesto químico utilizado ampliamente en la pan-hechura es uno que se usa como abono o para niquelar metales: el **PERSULFATO**

Este compuesto químico "mejora" la presentación del pan, aunque éste haya sido elaborado con harinas de baja calidad...

(resulta aleccionador enterarse que en los países escandinavos el pan blanco está prohibido desde 1944)

(cuando los USA quisieron "ayudar" con su programa "Alimentos para la Paz" ..)



PERO el problema es que el **PERSULFATO** destruye las pocas vitaminas que contiene el pan y convierte el **CALCIO** en **vit** **CAL** no asimilable por el organismo...



lo harina con que preparan las emparedadas PIZZAS es 1971 (de mola) que lo del pan blanco.

El origen del pan blanco debe remontarse a 1860, cuando un comerciante polaco llamado MUELLER entró al negocio de los molinos. Financiado por un banco suizo, el polaco patrocinó una maquinaria del Ing. Sultzburger, que tenía como virtud principal hacer harina MÁS blanca que nunca.

Hungría, el país que más harina producía en aquel tiempo, compró el invento y la harina blanca se puso de moda por toda Europa entre los ricos, creídos de que la harina, mientras más blanca, mejor.

En 1873 en la Feria Mundial de Viena, se vendieron por vez primera los hoy famosos ROLES de canela, pan bofo que tenía como "virtud" el ser fácilmente masticables. El gobernador Washburn de Minnesota, monopolista de los molinos de su estado, compró la maquinaria y se llevó a instalarla a técnicos húngaros, que pronto invadieron Estados Unidos con "el pan que no necesitaba ser masticado"... La gente podía así tragar cuanto pan quisiera, sin la molesta necesidad de masticarlo previamente.

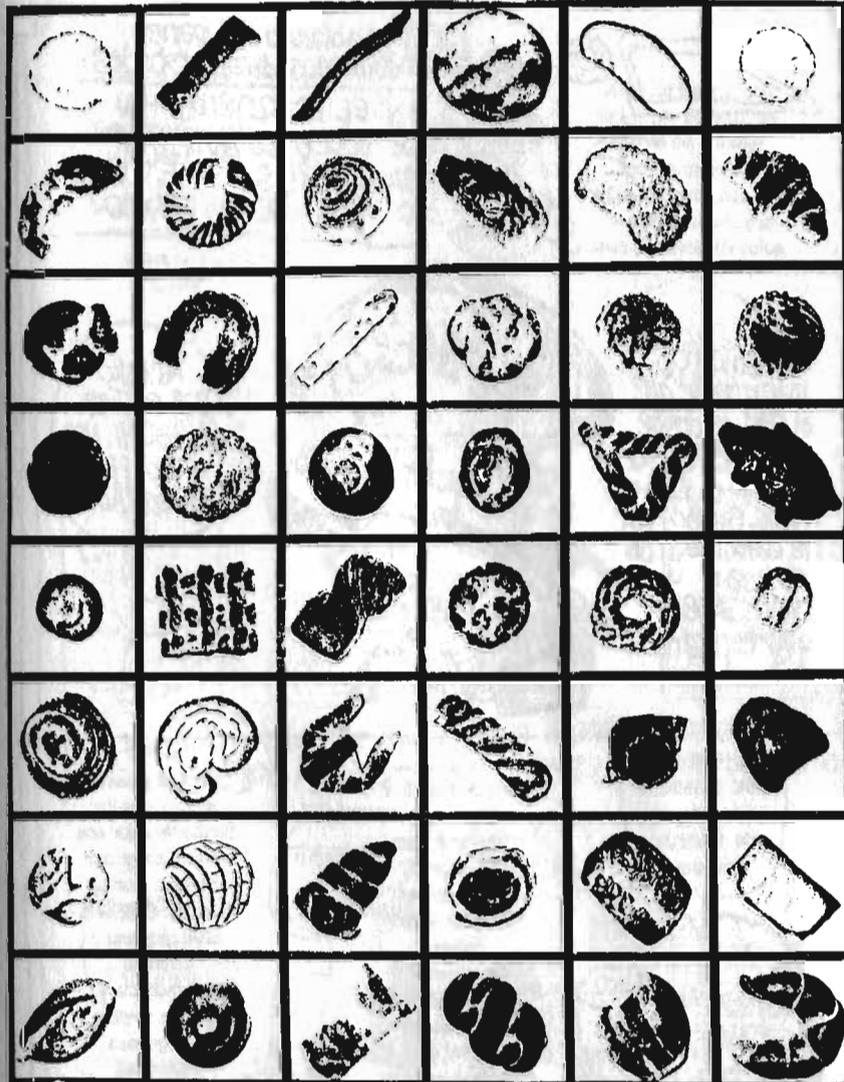
Que quede constancia de la gran idiotez que nacía cuando los gringos, siempre tan prácticos, descubrieron la forma de engordar sin el menor esfuerzo...

" Todos los que han estado en Norteamérica y han comido el pan yanqui, sabrán que no hay otro producto que sepa más a cartón que ese pan. Luce hermoso, pero es un fraude. Cuando tengo que comprarlo para las visitas y me sobra, trato de dárselo a mi perro o a mi gato, que lo rechazan indignados y me piden pan integral o pastel de frutas. Es obvio que la publicidad engaña a la gente, pero no a los gatos.

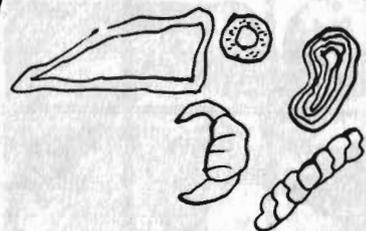
Afortunadamente, mi perro y mi gato son analfabetas.
ALBERT EINSTEIN"



no les dé a sus hijos
GANSITOS * TWINKY WONDER*
BARRITAS * PINGÜINOS * BULABÚ
ROLLO * CANELITAS * POLVORONES
CHOCO-ROLES * PLATÍVOLOS *
TRIKY-TRAKES * SUBMARINOS *
Y DEMÁS CHATARRA. y POR
SUPUESTO, NI Pan Dulce Bimbo.
Es tirar su dinero a la basura



PANES MEXICANOS. De izquierda a derecha y de arriba abajo: polvorón de cacahuate, almohada apastelada, churro, galleta, mantequillada, polvorón, empanada, rosca, novia, campechana, media luna, bigote, oreja de gato, herradura, banderilla, rosca nevada, chilindrina, cabeza de negro, hojaldra, rosca de vainilla, volcán, nuez, triángulo, cochinito, panqué, reja, corbata, piedra, rosca de huevo, beso, enmielada, oreja, cuerno, hueso, panqué, rellena, ojo de Pancha, concha, caracol, reina, ladrillo, conde, bolillo, yoyo, almohadón, trenza, telera y cuerno de sal. (tomado de la ENCICLOPEDIA DE MÉXICO)



...y hablando de panes mexicanos, dirán ustedes:

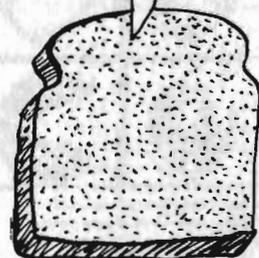
¿Y EL FOLKLÓRICO PAN DE DULCE DE NUESTRAS PANADERÍAS, ES MEJOR O PEOR QUE EL BLANCO?

lamentamos informarle que el pan de dulce es el peor (y por supuesto el peor es el de BIMBO) por la cantidad de azúcar y colorantes que contiene!



AH, PERO POR FORTUNA BIMBO YA NOS HARE PAN INTEGRAL!!

CONTENIDO DEL MAL LLAMADO pan integral de BIMBO y similares:



- *harina de trigo blanca
- *harina integral (?) ¿cubito?
- *azúcar blanca
- *levadura (?)
- *sal yodada
- *mantequilla vegetal
- *gluten
- *texturizante
- *alimento p. levadura
- *emulsificante
- *propionato de sodio
- *enzimas fungales
- (¿y el salvado y el germen de trigo...?)

Cualquier parecido de eso que los Bimbo-Wonder nos venden como pan integral, con el verdadero PAN INTEGRAL, es pura y celestial coincidencia y tomada de pelo (y engañosa publicidad)

...yo lo llamaría FRAUDE!

el pan integral AUTÉNTICO tiene 10 veces más vitamina B1 que el pan blanco, por muy dizque "vitaminado y mineralizado" que digan en las etiquetas.



la harina blanca (con todos sus aditivos) es una de las grandes productoras de estreñimiento... que lleva a la obesidad... que lleva al cáncer de colon

AGHHHHH



El consumo de pan integral logra que no se presente el cáncer gastrointestinal con tanta frecuencia como en los Estados Unidos.

¡SALVADO GRACIAS AL SALVADO!



la ausencia de nutrientes y auténticas vitaminas en el pan blanco acaba por provocar enfermedades de todo tipo, como:

REUMATISMO Y MALA CIRCULACIÓN

TUBERCULOSIS Y APENDICITIS

MIOPÍA Y JAQUECAS

UNA PESUMA DENTÁDURA...

...Y LA TEMIBLE OBESIDAD



**galletas y
pastelitos**

En ningún otro país del mundo se fabrican y consumen tantas galletas y pastelitos, como en México: existen más de 200 presentaciones de todo tipo de galletas, y más de 50 de los multianunciados pastelitos. En todas las tiendas, misceláneas, supers y tendajones de la república se pueden comprar, carísimos, los pastelitos chatarra y los paquetitos de galletas.



En el increíble negocio de las galletas y pastelitos entran una docena de empresas gringas o semigringas como NABISCO, BIMBO, GAMESA, WONDER y otras por el estilo, que producen cada año más de 300 millones de kilos para consumo especialmente de los niños..



..Y SUS DESINFORMADOS PAPAS Y MAMAS..

TODO MUNDO CREE QUE AL COMPRARLES A SUS HIJOS UN PASTELILLO DE ESOS, LES ESTÁ DANDO UN ALIMENTO..Y NO ES ASÍ..

Y SI YA VIMOS QUE LOS BOLLITOS COMO ALIMENTO VALEN BOLLITO, SAQUEN PLIS SUS CONELUSIONES.



como ya los sacó el Instituto Nacional de la Nutrición:

"el valor nutritivo (de galletas y pastelitos) es SUMAMENTE BAJO y algunos de esos productos no contienen NI LA MITAD de las proteínas del pan blanco, además de que emplean grasas saturadas que se han asociado a varios tipos de padecimientos.."



¡m si quiera contienen la mitad de nutrientes de un BOLLITO!

¿ y qué maravillas nutritivas contienen las galletas y pastelitos ? Tan pocas, que da pena consignarlas :

- 1 / harina blanca de trigo
 - 2 / azúcar a pasto
 - 3 / saborizantes
 - 4 / colorantes
 - 5 / cero proteínas
- y una buena cantidad de aditivos químicos de los más baratos.

" los pastelillos y galletas contienen además aditivos químicos con el propósito de conservar su aspecto y evitar el crecimiento de micro-organismos.. " (INFORME DEL INN).



PERO LAS DOS COSAS MAS GRAVES EN SU CONTENIDO SON:

1 LA GRAN CANTIDAD DE AZÚCAR REFINADA (VENENO PURO)

2 SU ALTO CONTENIDO DE ANTIBIÓTICOS (OXITETRACICINA) QUE VUELVEN AL NIÑO INDEPENDENSO A LAS BACTERIAS..

LOS PASTELITOS SON EL GRAN TRIUNFO DE LA PROPAGANDA, QUE SE APROVECHA DE LA IGNORANCIA INFANTIL



¡y de la impunidad criminal con que se desempeñan en México las empresas TELEVISORAS con la complicidad oficial..!

el chiste de las galletas y pastelitos es que SE VEAN BIEN y QUE SEPAN BIEN. Pedirles que también alimenten, es mucho pedir..

LOS CAMPEONES DE
LA CHATARRA : LOS
CHAMOYS



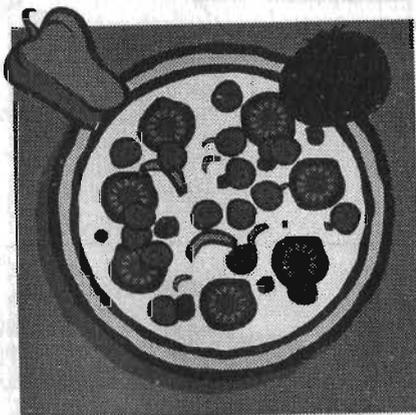
No hay "alimento" chatarra más rico (para su fabricante) que esos sobrecitos de chamoyos, cuetitos, chilín, chilitos, salim y sepa cuántas marcas más, que los niños tontos y semitontos devoran saliendo de la escuela. (O en cualquier tendajón o mesita de garage que se respete.)

¿Su contenido?

95 % DE SAL
Y EL RESTO DE
ADITIVOS Y COLORANTES
ARTIFICIALES. CHILE
INCLUIDO.



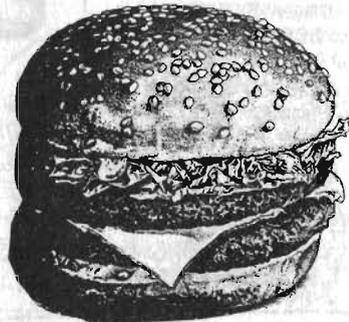
Señora : si de veras ama a sus niños, déles a comer sus chamoyos. Su doctor se lo agradecerá.



pizzas y hamburguesas

↓
entran directamente en la categoría de
COMIDA CHATARRA
por los ingredientes que las componen

↓
harina blanca
carnes frías c/aditivos
carne tratada c/hormonas
grasas a pasto
queso con aditivos
chingo de sal



la leche, el alimento
perfecto...para el becerro

Apenas en los últimos años se descubrió que la leche NO ES BUENA PARA TODOS LOS HUMANOS. (Hablo de la leche de vaca, claro). Es decir, en Asia, África y América Latina, por cuestiones genéticas de la raza, la gente NO DIGIERE LA LECHE. Luego entonces, ni la leche, ni los quesos, ni la manteca, deberían estar en la dieta de nuestros niños, por la gran cantidad de alergias y enfermedades que causan.

las verdades de la L E C H E



Hemos crecido en el desconocimiento de todo, pensando que lo que nos decían las abuelitas o el señor cura, (o la siempre sagrada tradición) eran la verdad en que teníamos siempre que creer.

Con la leche pasó siempre eso y se establecieron una serie de MITOS.. que la ciencia se ha encargado de echar abajo...

- 1 / la leche y sus derivados contienen grasas saturadas en proporciones elevadas.
- 2 / la leche de vaca contiene mucho colesterol
- 3 / la leche y sus derivados son muy pobres en hierro.
- 4 / la leche propicia la diabetes en los niños. (ver recuadro)
- 5 / hay una relación entre la leche y el cáncer de los ovarios
- 6 / hay una relación entre la leche y las cataratas en los ojos
- 7 / la leche es la primer causante de alergias
- 8 / la leche NO es una fuente importante de calcio, ni frena a la osteoporosis
- 9 / la leche está contaminada con los antibióticos que dan a la vaca
- 10 / ya lo dijimos: la leche NO se digiere bien en nuestros países.
- 11 / la leche es la primer causante de cólicos en los bebés
- 12 / la leche no es una fuente natural de vitamina A y D
- 13 / la leche no contiene fibra
- 14 / la leche puede causar leucemia en los niños
- 15 / las hormonas que se inyectan a las vacas para su crecimiento forzado, se quedan en la leche



Por si no lo leyó, aquí abajo repetimos la lista de ADITIVOS que contiene la leche que ingenuamente nos tomamos y les damos a beber a nuestros hijos



LECHE ENLATADA O TETRA-PAK

ascorbato de sodio, carbonato y bicarbonato de sodio, peróxido de hidrógeno, goma de avena, vitaminas sintéticas, aspartame (las light), ácidos ascórbico, cítrico y láctico, ceras (del envase), cloruro de calcio, fosfatos sódico y potásico, citratos alcalinos, vitaminas sintéticas, metales pesados

LA PASTEURIZACIÓN DE LA LECHE DESTRUYE LA LECITINA,

los ácidos grasos insaturados, las vitaminas y enzimas que contenía la leche. la HOMOGENEIZACIÓN a su vez, es la causante de la arterioesclerosis.

pero además lo pasteurizan, la homogeneizan... i y hasta le ponen antibióticos!



LOS ANTIBIÓTICOS QUE LE DAN A LA VACA PARA QUE SUBA RÁPIDO DE PESO -Y TENGA LA CARNE MÁS BLANCA Y TIERNA- PROVOCAN EN EL CONSUMIDOR de carne de res o leche de vaca, anemia aplásica, daños renales, parálisis del sistema nervioso, inflamación de los pulmones, perturbaciones hepáticas, alergias y sordera.

¡Y HASTA HORMONAS!



HORMONAS EN EL VASO DE LECHE

Los dueños de establos están felices de la vida por haber descubierto que la transnacional Monsanto estaba ofreciendo un producto (POSILAC) que garantiza que una vaca lechera a la que se le está inyectando cada 2 semanas una dosis de POSILAC, en menos de dos semanas estará produciendo ¡UN 30 % MÁS DE LECHE!

¿Cómo se produce ese milagro?

La hormona BGH (bautizada como "Posilac" por sus fabricantes), al ser inyectada en el animal le estimula la producción de otra hormona llamada la IGF-1, que es la que provoca la producción extra de leche. (y en consecuencia, un 30% más de ganancia..)

LECHE Y DIABETES

Reportes médicos de varios países hablan de una relación entre la diabetes con dependencia de insulina...y la leche de vaca. Esta forma de diabetes usualmente empieza en los primeros años de vida y se manifiesta sobre todo en los niños que NO son alimentados por su madre.

El proceso de la enfermedad es así: las proteínas de la leche estimulan la producción de anticuerpos que, a su vez, destruyen a las células productoras de insulina. La proteína en cuestión es la *bovine serum albumine* (en inglés) y se ha encontrado en el 100% de los niños diabéticos analizados. La diabetes en los niños es resultado de dos factores: el genético y el consumo de leche de vaca en sus primeros 2 años.

El único inconveniente de la hormona es que se ha encontrado una muy estrecha relación entre la IGF-1 y el famoso CÁNCER. Ni modo..



¿quieres seguir tomando leche?

(SÍ, PERO SÓLO DE MUJER AMAMANTADORA..)



Si pues, mucha gente en México y sus alrededores dice y sostiene que la leche le cae muy bien y se la da a sus niños desde que eran chiquitos.

Nada tiene de raro, sobre todo cuando se les ve en la cara lo europeo por el color de la tez y de los ojos. Pero si les preguntamos al montón de mexicanos que son de color serio, indígenas o hasta mestizos, vemos que NO toleran la leche por falta de unas enzimas que digieran la lactosa que contiene el albedo líquido que a veces se saca de la vaca.

ES CUESTIÓN DE RAZA, PUES.

A los chinos y japoneses les pasa lo mismo y prefieren darle a sus hijos leche de soya, un producto originario de esos países. Y a los africanos, lo mismo: NO les cae bien la leche. Les provoca diarrea, vómitos, indigestión, etc.

Y si a ese "normal" mal que provoca la leche a los caféconleche, le añadimos los aditivos que le están poniendo, pues...

TRATÁNDOSE DE LOS BEBÉS, NI LO DUDE: LA ÚNICA LECHE QUE LES HACE BIEN, ES LA LECHE MATERNA



que además es gratis

la parafina con que se recubre el empaque de la leche, ha resultado cancerígeno.

el aceite de cocina



El aceite NATURAL de cocina contiene (antes de ser procesado químicamente) todo esto:

- *vitamina A
- * clorofila
- * vitamina E
- * ácidos grasos NO saturados
- * lecitina (q. ataca al colesterol)
- * ácido linoléico

Las técnicas modernas de procesamiento del aceite, le quitan TODO eso y dejan el colesterol



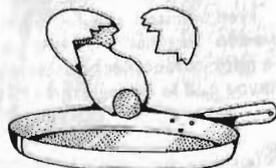
EL PROCESO DE "PURIFICACIÓN" DEL ACEITE DE COCINA

- * neutralización a base de sosa cáustica
- * ácido sulfúrico para eliminar sustancias amargas, mucilagos, albuminoides, etc.
- * deodorización
- * sobrecalentamiento para darle transparencia
- * añadido de preservativos y antioxidantes
- * y listo :

tenemos un aceite atractivo a la vista, al gusto y al olfato, PERO que NO alimenta ni madres.

pasa lo mismo con

- * manteca vegetal
- * mantequilla
- * margarina
- * manteca de cacao
- * manteca de cacahuete
- * quesos cocidos (todos estos productos refinados afectan al hígado directamente)



todos los productos chatarra que se venden en nuestro país se elaboran con aceites refinados que han perdido todos sus nutrientes y por ello NO son utilizados por el organismo. Excepto para acumularse en las venas y arterias, tapándolas alegremente.



el gran peligro del aceite es su excesivo calentamiento, cosa que ocurre cuando se fríen mucho los alimentos, o cuando el mismo aceite se usa más de 6 veces

el aumento anormal del colesterol y otras sustancias en venas y arterias, produce todo lo que se pueda usted imaginar en cuestión de enfermedades :



- * presión arterial alta
- * infarto cardíaco
- * hemorragia cerebral
- * alergias

Butterfi

evite lo más que pueda consumir las frituras en paquete y los tacos fritos en aceite que lleva varias horas de uso, lo mismo que las quesadillas fritas. Nuestros antepasados NO CONSUMIAN ALIMENTOS FRITOS.

La manteca y los aceites nos llegaron vía-los-gachupines. Los aztecas coclan o asaban su comida.





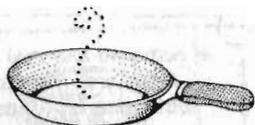
clases de
ACEITE

- * OLIVA
- * SOYA
- * CÁRTAMO
- * CANOLA
- * CACAHUATE
- * GIRASOL
- * MAÍZ
- * LINAZA
- * AJONJOLÍ
- * ALGODÓN
- * COCO
- * LINAZA

(los mejores -sin refinar- serían : de oliva, de girasol y de maíz)



* es preferible usar manteca de cerdo que esas grasas vegetales industrializadas llenas de química. Lo natural es lo mejor, aunque sea de origen animal.



CONSEJOS / busque un aceite que NO se venda en botella de plástico: el polivinilo del envase puede provocar angiosarcoma en el hígado.

si puede conseguir aceite VIRGEN, mucho mejor. Si es de OLIVA, vea que sea de un color verdoso. El problema es su precio. No abuse del aceite, ni lo guarde para volver a usarlo en otra fritura. Su mejor uso es en frío, para aliñar ensaladas. Yo que usted trataría de no comer cosas fritas, aunque es difícil resistirse a algunos patillos que DEBEN ser precisamente fritos.



preferible usar mantequilla si se trata de freír algo, o buen aceite de oliva virgen. Lo peor son los aceites refinados y en mezcla, y super calentados.

mantequilla sí,
¡margarina no!
(o mejor, cocinar al vapor, como los chinos)



* evite como la lepra las papas fritas a la francesa que venden en la calle o en los McDonald y similares.



Los refrescos



En 1942, cuando el consumo de refrescos apenas se estaba estableciendo en Estados Unidos, la Asoc. Médica Americana declaró que *desde el punto de vista de la salud es deseable restringir en lo posible el consumo de refrescos y otras formas de dulce, que son de poco o nulo valor nutritivo. Creemos necesario que se limite su consumo en aras de la salud pública, dado que el azúcar así consumido hace que la gente deje de ingerir otros alimentos de alta cualidad nutritiva.*

En 1999, cuando el consumo de refrescos se ha elevado 10 veces en los USA, la Asociación Médica y otras organizaciones se han quedado calladas.



en 1997 los gringos gastaron en refrescos 54 billones de dólares, siendo los jóvenes de 12 a 19 años los más asiduos bebedores de esas porquerías embotelladas.



los envases de plástico para refrescos y jugos han sido prohibidos en los USA desde 1978, por ser cancerígeno el vinyl empleado en su fabricación.

¿Y en México, qué ?

los fabricantes de refrescos han descubierto que al aumentar el tamaño del envase, aumenta el consumo.

(y por supuesto, las ganancias!)



6 1/2 onzas



12 onzas



20 onzas

EL IMPACTO
NUTRICIONAL DE LOS
REFRESCOS



la Coca
y la Pepsi (y
similares) han
recibido
el nada agradable
título de
las
aguas
negras del
Imperialismo
yanqui...

los pocos pero valientes médicos y nutricionistas que se han atrevido a enfrentarse a la poderosísima industria embotelladora de refrescos, señalan que al beber un refresco se está consumiendo MÁS azúcar de la que nuestro organismo requiere. Como esa azúcar está refinada, no contiene ningún nutriente, por lo que resulta un tóxico en el organismo. Y si en vez de azúcar se endulza con edulcorantes artificiales como la sacarina, o el aspartame, peor. Actualmente se consume entre los jóvenes más refrescos que leche, cosa que no ocurría hace 50 años, por lo que la obesidad entre los adolescentes se ha disparado a las nubes. La obesidad aumenta considerablemente el riesgo de diabetes y trastornos cardiovasculares, la osteoporosis, -provocada por la falta de calcio, que NO aporta ningún refresco. Las mujeres son las más afectadas por la osteoporosis. Y desde luego, los refrescos son lo peor para los dientes.



ADVERTENCIA

Igual que los cigarrillos, los refrescos -de cola sobre todo- deberían llevar una leyenda que dijera: *"este producto puede ser perjudicial para la salud y causar efectos en el sistema nervioso de los niños"*. ¿o acaso ya no es una droga la cafeína?

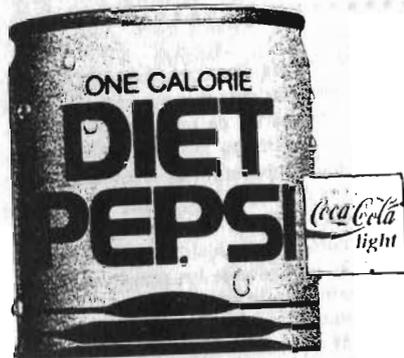


¿OTROS MALES QUE CAUSAN LOS REFRESCOS?
el contenido de cafeína en algunos refrescos (las "colas" sobre todo) es causa de insomnio, dolores de cabeza y trastornos nerviosos. El consumo de la cafeína en frío, es peor que al tomar un café. Tomar una Coca equivale a tomar 2 tazas de café. El exceso de azúcar y aditivos en los refrescos es la causa principal de la diabetes infantil, así como de las dolorosísimas piedras en los riñones.

¡y producen agujeros en los bolsillos! ¿cuántas veces al año les suben el precio?



pero por encima de todo, debe usted estar consciente de esta gran verdad:



los peores de los peores entre los refrescos son los LIGHT por su altísimo contenido de esos endulzantes artificiales y aditivos, que han resultado muy buenos para producir CÁNCER.



NINGÚN REFRESCO ALIMENTA NI UN CARAJO

Es criminal (y penoso) ver que mucha gente, engañada por la televisión, deja de comer bien y se "desayuna" con una Coca y un cansito (por poner algún nombre), con la idea de que consumiendo esas porquerías se están alimentando...



¡DISFRUTE DE LA VIDA!

más del 40% de la basura que vemos en las calles y campo de México son envases de plástico de refrescos.

Para apreciar cuán profundamente pueden penetrar los refrescos hasta las más remotas regiones de un país subdesarrollado, nos gustaría citar partes de una carta escrita por un sacerdote mexicano, el padre Florencio, en junio de 1974: "Parece que los refrescos son un factor muy importante en el desarrollo de los pueblos. He oído a algunas gentes decir que no pueden vivir un solo día sin beber un refresco. Otros, con el fin de ostentar un estatus social, deben consumirlos en todas las comidas, particularmente si hay invitados... Cerca de los pueblos más grandes, donde los salarios diarios son un poco más altos, los refrescos son más baratos. Pero en las rancherías remotas, donde la gente gana mucho menos y los refrescos tienen que ser transportados sobre el lomo de animales, cuestan a menudo el doble. La familia típica de Metlatonoc no puede ganar más de 1.200 a 2.000 pesos al año. Incluso lo poco que recibe cada año lo gasta en refrescos. En el pueblo más rico de esa región, Olinalá, donde en su mayoría son artesanos y ganan de 25 a 70 pesos diarios, se consumen alrededor de 4 mil botellas diarias de refrescos. Olinalá tiene 6 mil habitantes. La gran mayoría de la gente está convencida de que los refrescos deben consumirse todos los días. Esto se debe principalmente a la intensa publicidad, en particular a través de la radio, tan difundida en las montañas... Al mismo tiempo, en esos mismos pueblos, los productos naturales como la fruta se consumen menos; en algunas familias, sólo una vez a la semana. Otras familias venden sus propios productos naturales para poder comprar refrescos..."

Nos estamos convirtiendo en una sociedad de hipertensos por el consumo exagerado de refrescos y frituras, llenas de aditivos ajenos a nuestro organismo.



primero es el huevo, luego el pollo..

ANTES QUE LA CIVILIZACIÓN INDUSTRIAL SE APODERARA DE LA ALIMENTACIÓN, UNA GALLINA "NORMAL" PONIA UN PROMEDIO DE 25 HUEVOS AL AÑO.



¿Poner un huevo tiene su chiste, y no se trata de pasarse la vida poniendo huevos..

COSEA QUE AL NEOLIBERAL GRANJERO NO LO HAG'A MUY FELIZ...



Pero yo no te mantengo para que te des la gran vida... ¡A trabajar, que estoy perdiendo dinero!

¿más huevos?



¿Y cómo le hago para poner más...??



EJEM: TENDRÉ QUE HACER EL AMOR MÁS SEVUDO..



pero por muy gallo que fuera y por muy ardiente que se comportara, la producción apenas y subía un tantito...

¡Esto no es vida! Si fueras tú, lo única, pasa... ¡Pero tengo la espasa! Ni con Viagra..



Pas me voy a vivir a otro gallinero..



ESO: Y ACÚSALO DE CAVELODAD MENTAL..



AFORTUNADAMENTE
PARA LOS PRESIONADOS
GALLOS, YA ALGUIEN
INVENTÓ LA FAMOSA
INSEMINACIÓN ARTIFI-
CIAL...



¡Qué degenera!
¿...y si quiera
mejorarán los
orgasmos?

Lo dudo:
no hay como
un buen
PISACORRE.



¡BASTA
DE SENTIMEN-
TALISMOS PROPIOS
DE FREUD: EL
NEGOCIO ES EL
NEGOCIO!

¡SE ACABÓ LA
BUENA VIDA PARA
ESAS APROVECHADAS!
AHORA SI VAN A
TRABAJAR...

¡NOS VAN A
PONER EN JUNTAS
DE CONCENTRACIÓN!



PRIVADAS DE SU
GALLITO INGLÉS,
LAS GALLINAS
FUERON TODAS
AMONTONADAS,
ORA SÍ QUE PEOR
QUE ANIMALES EN
BATERÍAS MECÁNICAS
ELÉCTRICAS, DONDE
NO VEN LA LUZ DEL
SOL, NI EL CIELO
AZUL, NI SIENTEN LA
TIERRITA BAJO
SUS PATAS (snif).



MALEDITOS,
NOS VAN A
VOLVER
MARIMACHOS
O RESBOS..

¡QUÉ CACAREO SE
TRAEN! EN CUANTO
ESTÉN EN EDAD VAN
A TENER SU CASA
PROPIA, POLLITAS..

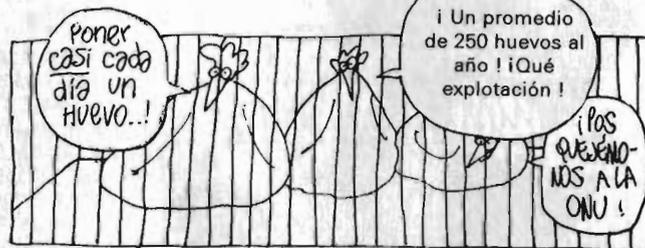


EN SU MULTIFAMILIAR, LAS GALLINAS PIERDEN SU IDENTIDAD,
SON ALIMENTADAS CON PURA QUÍMICA DESNATURALIZADA,
SOBRANTES DE ANIMALES (ADIÓS RICAS LOMBRICES) Y HASTA
CON VILES HORMONAS, PARA CUMPLIR MEJOR SU TRABAJO :

poner
casi cada
día un
huevo...!

¡ Un promedio
de 250 huevos al
año ! ¡Qué
explotación !

¡ Los
QUEENDO-
NOS A LA
ONU !



¡ ADIÓS
HUEVOS
DE
GANAJA !

* BAH: LO PRINCIPAL ES
EL RESULTADO FINAL A
LA HORA DE HACER
CUENTAS...

Bah: un huevo
es un huevo..
¡ a huevo !



PUES -DICEN LOS PATRONES- UN HUEVO PUESTO POR GALLINA
PISOTEADA Y QUE TIENE UNA VIDA SEXUAL SANA Y GOZA DE LA
NATURALEZA, ES IGUAL AL HUEVO DE GALLINA ENCARCELADA



¡ sirven lo
mismo para
demostrar la
redondez de
la tierra !

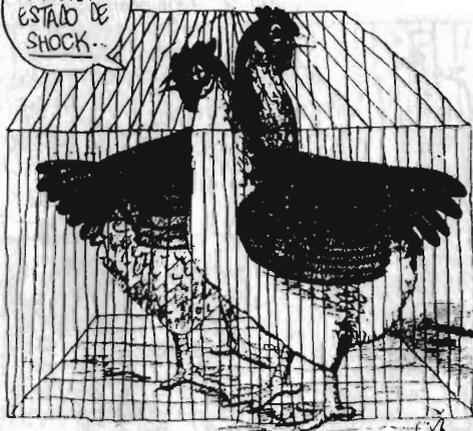
TANTO SI ES DE BATERIA COMO SI NO, EL HUEVO CONTIENE:

- 12% DE PROTEINA
- 12% DE GRASA (en la yema casi)
- 74% DE AGUA
- HIERRO
- VITAMINAS A y D.

¿aunque las reclusas estemos todas neuróticas y estresadas?



VIVIMOS EN PERPETUO ESTADO DE SHOCK...



PARA BAJAR LOS COSTOS, LOS &*zila INDUSTRIALES LAS HACEN VIVIR A OSCURAS Y EN PROMISCUIDAD, SIN COMER, SIN VER NI RECIBIR EL SOL... HASTA QUE EMPIEZAN A PONER HUEVOS. ANTONCES PASA TODO LO CONTRARIO :

¡HAY LUZ A TODAS HORAS!

Y COMIDA CHATARRA A TODAS HORAS...



¿a poco querían esas güercas que les pagáramos sicoanalista lacaniano?

SIN EMBARGO, ESTÁ PASANDO ALGO MUY GRAVE CON EL HUEVO INDUSTRIALIZADO QUE SE ESTÁ PRODUCIENDO EN MASA EN LOS CAMPOS DE CONCENTRACION DE LAS GALLINACEAS → →

¡el conijó COLESTEROL!

→ como es de todos sabido, el huevo o blanquillo de gallina es el que produce más COLESTEROL.



(ver cuadro de COLESTEROL más adelante)

Y como se supone que se sabe, el colesterol es el causante núm. uno de los males del corazón...

¿y qué pasa con el huevo puesto en cautividad rezista?



POB RESULTA QUE LOS INVESTIGADORES MEDICOS DE ESTADOS UNIDOS HAN DESCUBIERTO UN AUMENTO DEL 12% EN LA PRODUCCION DE COLESTEROL EN EL HUEVO-CHAFÁ!

(consumido diariamente)

¿cómo estuvo eso? Pob resulta que, alarmados por el aumento de ataques al corazón, los doctores se pusieron a estudiar y analizar el huevo consumido en USA.

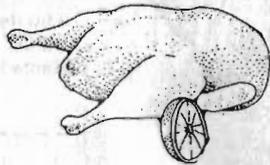
¡y que van encontrando que el huevo-chafa de campo de concentración produce UN 12% MÁS DE COLESTEROL que el de granja al aire libre!

¡ah, la dulce venganza..!

¿No será que cuando consumimos los huevos de estos pobres animales, entra también en nuestro organismo algo de la miseria, la enfermedad y el terror en que "viven"? Yo sí lo creo.



y..lo que ocurre con las gallinas ponedoras, ocurre también con los pollos que nos comemos: los tienen presos toda su vida en jaulas de concentración, sin luz, sin sol, sometidos a engorda de hormonas inyectadas que, a huevo quedan en la carne...



EL HOMBRE HA LOGRADO CREAR EL POLLO-CHATARRA, TAN DEL AGRADO DEL CORONEL SANDERS



disfrútelo con leche de vaca loca o con una dosis de la droga que refresca : su diet-coke

la visita a cualquier granja avícola donde los pollos y pollas (en el buen sentido) son tratadas peor que sardinas en lata, basta para que el visitante deje de comer pollo por el resto de sus días.

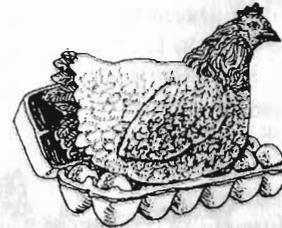


el menú diario de los pollos que nos vamos a comer consiste en: sulfas, antibióticos, hormonas y un rico combinado de nitrato y arsénico.

(PARA QUE ENGORDEN Y TENGAN BLANQUITA SU CARNE)



toda la complicada vida normal de una gallina les es negada en las mal llamadas GRANJAS AVICOLAS : ya no disfrutan la búsqueda de su diario sustento grano por grano, insecto por insecto, lombriz por lombriz. Ya no vuelven a sentir el sol, ni gozan de la maternidad, ni vuelven a llevar su vida sexual sin celos, ni tienen ya la oportunidad de disfrutar sus horas de sueño arriba de un árbol.

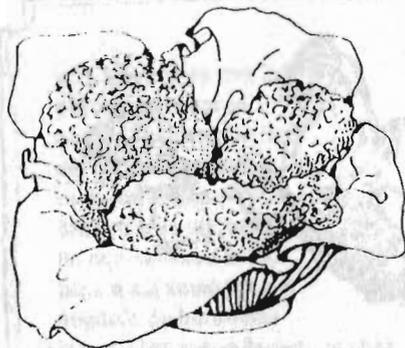


Ahora su vida es TERROR, PENAS, ANGUSTIAS, MALTRATOS, MALA ALIMENTACIÓN Y CERO SEXUALIDAD COMPARTIDA. ¿creen que esa forma de "vivir" antes de ser sacrificadas, no se va a presentar en su carne, junto con las hormonas y antibióticos con que las engordan ?

EL RESULTADO -ANALIZADO POR MÉDICOS VETERINARIOS- ES UN ANIMAL LLENO DE ENFERMEDADES Y TOXINAS, CUYA CARNE ESTÁ LLENA DE SUSTANCIAS EXTRAÑAS A SU ORGANISMO...Y AL NUESTRO.



ahora entiendo por qué la carne de pollo sabe a cartón..



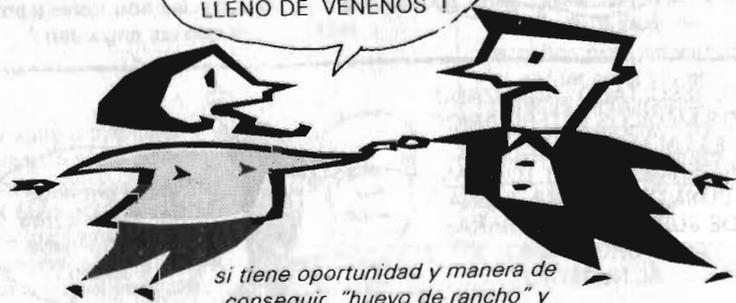
¡ qué diferencia en el sabor de una gallina de rancho, que ha crecido feliz y naturalmente alimentada, a la luz del sol y rodeada del afecto de sus pollitos y la pisada de su gallo !

Pues a mí me encanta el pollo frito del coronel... ¡ me sabe divino !



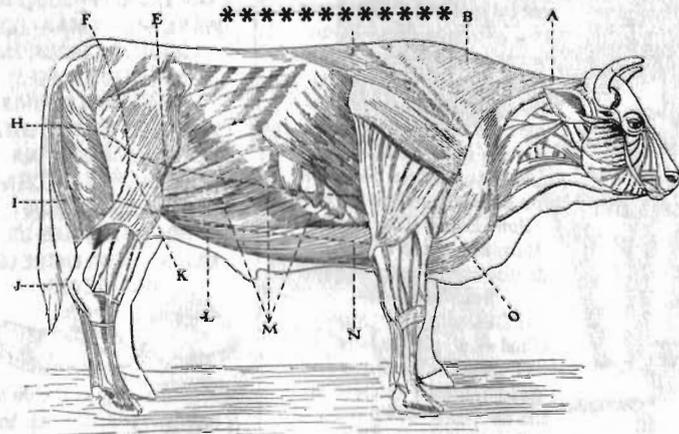
AUNQUE EN REALIDAD CON UNA BUENA SALSA Y COCINADO CON UNA BUENA RECETA, CUALQUIER POLLO SABE BIEN, LO QUE MAS IMPORTA ES EL CONTENIDO DEL POLLITO QUE NOS VAMOS A COMER:

¡ JUNTO CON LOS ANTIBIÓTICOS Y LAS HORMONAS, NOS COMEMOS SU ANGUSTIA LLENA DE TOXINAS Y SU TERROR LLENO DE VENENOS !



si tiene oportunidad y manera de conseguir "huevo de rancho" y pollo del de antes, hágalo: Si no, consuma esos productos previo encomendarse a Dios.

de hormonas y antibióticos



Desde que en 1994 la funesta Monsanto sacó al mercado su hormona sintética Posilac (rBGH) los ganaderos y criadores de reses, pollos, cerdos y demás fauna comestible, han multiplicado sus ganancias. Y es que la rBGH engorda al animal hasta 10 veces más de lo normal (hasta 15 veces más en el caso de los pollos, al aplicarles la hormona DES, dietilestilbestrol) lo

que representa a la hora buena, 10 ó 15 veces más del rico billete verde.

Claro, las hormonas tienen algunos serios inconvenientes (pero sólo para los animales), les provocan cambios en el metabolismo, a las vacas les crean infección en las ubres, hay problemas en el parto y sus crías nacen malformadas.

Todo lo cual no tiene demasiada importancia pues los animales no tienen Derechos.



...ni siquiera tenemos derechos humanos...



la historia del cocinero que se volvió gay



Ésta es la Historia verídica de un famosísimo chef de cocina que un buen día notó que estaba engordando demasiado, perdiendo pelo, notando alarmado que no se le antojaban tanto los revolcones con las damas y, lo que era peor, que sus pectorales se estaban pareciendo cada día más a los de Sofía Loren y conexas. Alarmado, corrió a ver a su doctor, que le preguntó para empezar:

-¿Qué está comiendo?
¿Cuál es su platillo favorito?
El chef contestó que su debilidad eran los pescuezos de pollo; que todos los días se devoraba por lo menos una docena, o más, pues ya se sabe que al pescuezo de pollo no se le come mucho que digamos. Siguieron los consabidos análisis de todo, pero no encontraba el médico que estaba causando la feminización del chef.

Finalmente se le ocurrió analizar los pescuezos de pollo, y ahí encontraron la causa: los mentados pescuezos provenían de pollos tratados con hormonas sintéticas. La investigación encontró que *las hormonas NO eran metabolizadas por el hígado del animal y permanecían en la carne, una vez sacrificados. Y que lo mismo estaba ocurriendo en vacas, reses, cerdos, conejos y demás animales así tratados.*

EL EMPLEO INDISCRIMINADO DE HORMONAS Y ANTIBIÓTICOS PARA QUE LAS VACAS PRODUZCAN MÁS CARNE Y MÁS LECHE, PRÁCTICA COMÚN EN MUCHÍSIMOS PAÍSES, Y EXTENSIVA A CERDOS, POLLOS Y DEMÁS, ESTÁ PROVOCANDO UNA ALARMANTE Y CRECIENTE PRODUCCIÓN DE HOMOSEXUALES DE ÚLTIMA HORA ENTRE LOS DOS SEXOS.



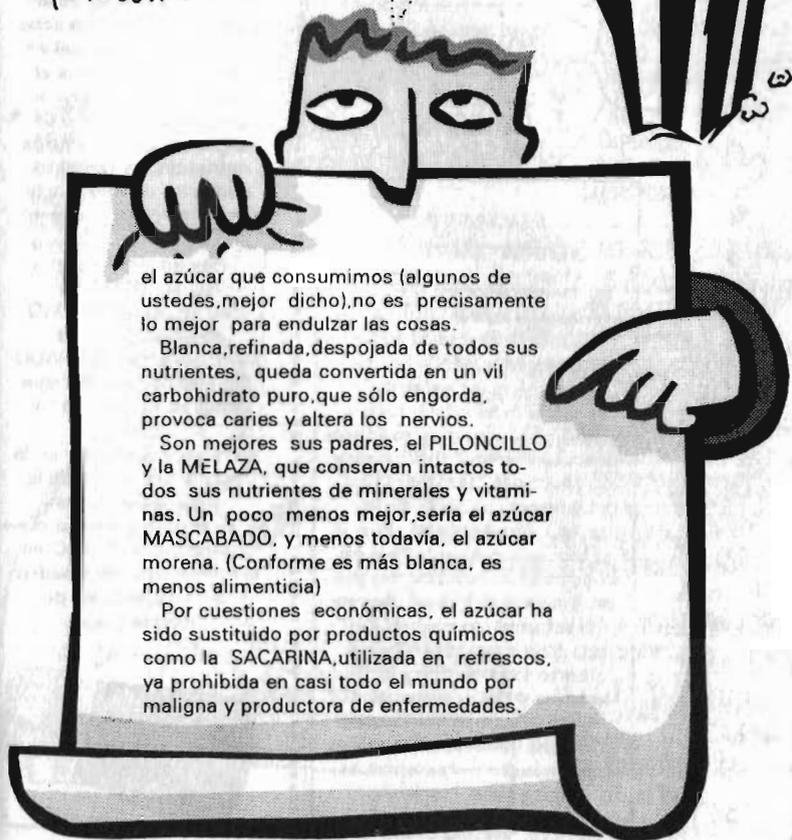
Al consumir la carne de los animales tratados con hormonas, se producen en el consumidor atrofia de hígado y riñones, excesiva retención de agua, mucho busto, reducción en la libido, impotencia y esterilidad, y de pilón, caída del pelo y del vello masculino.

El cliente se feminiza. En el caso del cocinero el proceso fue muy rápido, pues las hormonas se concentran en más cantidad en el pescuezo de los pollos.

Los ANTIBIÓTICOS por su parte, causan parálisis nerviosa, daños renales, anemia aplásica, perturbaciones hepáticas, sordera y una colección de alergias.

Es decir, lo mismo que les está pasando a los pobres animales, se les repite a los pobres consumidores, aunque a menor velocidad.

pequeño apartado donde se ve (a la menor brevedad..) que el azúcar y la SAL no son tan inocentes como lo parecen...



el azúcar que consumimos (algunos de ustedes, mejor dicho), no es precisamente lo mejor para endulzar las cosas.

Blanca, refinada, despojada de todos sus nutrientes, queda convertida en un vil carbohidrato puro, que sólo engorda, provoca caries y altera los nervios.

Son mejores sus padres, el PILONCILLO y la MELAZA, que conservan intactos todos sus nutrientes de minerales y vitaminas. Un poco menos mejor, sería el azúcar MASCABADO, y menos todavía, el azúcar morena. (Conforme es más blanca, es menos alimenticia)

Por cuestiones económicas, el azúcar ha sido sustituido por productos químicos como la SACARINA, utilizada en refrescos, ya prohibida en casi todo el mundo por maligna y productora de enfermedades.

**¡AGUAS
CON LO
"LIGHT"!**



Para sustituir a la SACARINA, la industria química creó otro edulcorante que endulza 300 veces más que el azúcar: el temible ASPARTAME (Nutra-sweet, Canderel, etc.)

¿en qué se usa el ASPARTAME?



- JUGOS,
- REFRESCOS LIGHT,
- PASTELERÍA,
- DULCES Y CARAMELLOS
- TÉS
- HELADOS Y PALETAS
- CEREALES EN CAJA
- GELATINA LIGHT
- LICUADOS
- CHICLES LIGHT
- YOGUATS
- COOLER de VINO
- DULCES LIGHT etc.

ASPARTAME

Los llamados productos LIGHT, que anuncian como bajos en colesterol, utilizan en su composición un aditivo artificial llamado ASPARTAME, que sustituye al azúcar refinada.

Pero ya se ha demostrado hasta la saciedad, que el mencionado edulcorante sintético, que se vende comercialmente con varias marcas (NutraSweet, Equal, Canderel, etc.) es CANCERÍGENO.

Los fabricantes (Monsanto) alegan a su favor, que se necesitaría consumir su Aspartame en cantidades muy grandes para ganarse un cáncer. Digamos que tendríamos que ingerir UN KILO para estirar la pata, hasta sin cáncer.

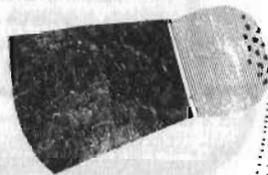
Lo que no toman en cuenta los tales Monsanto, es que los aditivos NO SON METABOLIZADOS por el organismo y se acumulan y penetran en las células, transformándose y enloqueciéndolas, hasta volverlas cancerosas.

LA SAL Y sus problemitas

La sal que consumimos, yodada y toda la cosa, ha sido considerada en infinidad de estudios médicos como la causante de enfermedades cardiovasculares e hipertensión. Asimismo se asocia a la temida arterioesclerosis o endurecimiento de las arterias. También se sabe que el exceso de sal en las comidas acelera el envejecimiento, por la poca transferencia de oxígeno, glucosa y otros nutrientes del cerebro, pudiendo contribuir a la arterioesclerosis cerebral.

Hay un equívoco: NO SE TRATA DE EVITAR EL CONSUMO DE SAL, SINO EL CONSUMO EXAGERADO DE Sodio. (Recordar que la sal es CLORURO DE SODIO).

Se puede controlar en la cocina y la mesa de la casa, pero es casi imposible controlar el contenido en SODIO en los alimentos procesados. Sólo dejándolos de comprar, digo.



otras cositas que es bueno saber sobre el ASPARTAME*



* NUTRA-SWEET
EQUAL
CANDEREL
SPOONFUL
EQUAL-MEASURE
Y OTRAS MARCAS

el ASPARTAME es-con mucho-el aditivo más peligroso en el mercado. El 75% de las denuncias que se presentan ante la FDA (US Food and Drugs Administration) son por reacciones tóxicas causadas por Aspartame

Unos pocos de los síntomas reportados ante el Depto. de Salud de los USA, incluyen MIGRAÑAS • NAÚSEAS • ESPASMOS MUSCULARES, PÉRDIDA DE PESO • DEPRESIÓN • INSOMNIO • VÉRTIGO TAQUICARDIA • PÉRDIDA DE VISIÓN • ANSIEDAD, etc.



ENFERMEDADES QUE PUEDEN ADQUIRIR O AGRAVARSE POR EL CONSUMO DE ASPARTAME:

Esclerosis múltiple
Tumores cerebrales
Alzheimer
Mal de Parkinson
Diabetes
Retardo mental
LINFOMA etc.

EL ASPARTAME contiene un 40% de Acido Aspártico y otro tanto de Acido Glutámico, (el componente básico del GLUTAMATO MONO-SODIO), que ya está siendo prohibido en USA, al demostrarse que ese ácido destruye las neuronas del cerebro.

los FENILKETÓNICOS (personas con un desorden genético q. les impide metabolizar la FENILALANINA) corren peligro de muerte si comen o beben algo que contenga Aspartame!

el otro ingrediente usado en el Aspartame en un 10% es el venenosísimo METHANOL (alcohol de madera), utilizado para adulterar licores...
¿Y DICEN QUE EL ASPARTAME NO ES TÓXICO?!





depto. de salchichonería

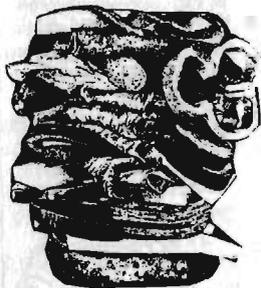
jamón,
salchichas,
salami, queso
de puerco, tacino,
mortadela,
chorizo, pastel
de pollo. ¿qué
se le va a
dar, chulita?



vamos
desde el
principio:
¿pueden
ser melos?



ENTRE LOS CONSUMIDORES EXISTE LA CREENCIA DE QUE LOS JAMONES, SALCHICHAS Y SALAMIS, ETC SON UN GRAN ALIMENTO QUE DEBE DÁRSELES A LOS NIÑOS CON LA MAYOR FRECUENCIA POSIBLE (así lo manda la misma publicidad que recomienda también un desayuno diario con cereales industriales).



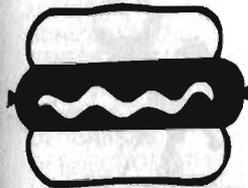
EL CONSUMO A DIARIO DE JAMÓN, SALCHICHAS, ETC. EN LOS NIÑOS HA LLEGADO A PROVOCARLES CÁNCER CEREBRAL según los estudios llevados a cabo en Los Ángeles de 1994 a 1996 con un grupo de niños de escuelas públicas.

Contrario a lo cree mucha gente, las llamadas CARNES FRÍAS no se conservan con buen aspecto gracias al frío. Su conservación en aparente buen estado se logra poniéndoles mil y un ADITIVOS, algunos muy peligrosos.



por ejemplo los nitratos:

1 para conservar salchichas y jamones con un agradable color rosado, se emplea el nitrato de potasio (sacado del salitre), que al entrar al organismo se convierte en NITRITO. De Nitrato a Nitrito.



2 Los nitritos a su vez transforman la hemoglobina de la sangre en vil METAHEMOGLOBINA, sustancia que NO puede transportar el oxígeno en la sangre, por lo que se dificulta la respiración de uno. Además, y es lo más grave del asunto, LOS NITRITOS SON PURA Y SIMPLEMENTE CANCERÍGENOS, a ciertas dosis. ¡ órale !

Curiosamente, esta transformación de un NITRATO en un NITRITO, la lleva a cabo la saliva.

3



para tratar de controlar los malos efectos de los nitritos, se le añaden OTROS aditivos a las carnes frías, que son los ascorbatos o erythorbatos (inhiben la reacción de los nitritos).

¿ PARA QUÉ LE
AÑADEN LOS
NITRATOS A LAS
SALCHICHAS ?

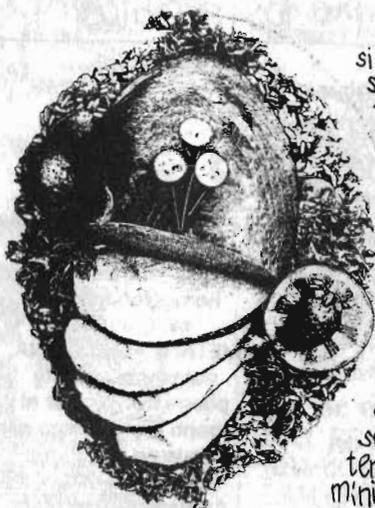
(y demás..)



Dicen que para proteger
al producto contra la
clostridium botulinum,
una muy mala bacteria.

4

Otros aditivos que se le
añaden a la
salchichonería
-jamón, tocino, salchichas
o cualquier otra carne
fría- son los
POLIFOSFATOS,
que se emplean para
aumentar el peso del
producto y ganarle así
más centavitos a la
mortadela o el horroroso
queso de puerco.
Los polifosfatos
suelen provocar en la
clientela fuertes
elevaciones de la
presión arterial e incluso
¡hemorragias
cerebrales, coño !



S
si bien en Europa
se vigila con
toda seriedad
la elaboración
de carnes frías,
en nuestros
países, por el
contrario, NO
hay el debido
control, y
TODOS los
embutidos de
amplio consumo
se venden sin
tener las normas
mínimas de calidad
y sanidad..

¡ qué cochinos!



por el proceso
industrializador y
la cantidad de
aditivos dañinos,
las carnes frías
NO nutren



¡pero
qué tal
engordan!

En los últimos años la
industria dizque alimenta
ha incorporado a su
tratamiento de animales
"comestibles" -pollo,
reses, cerdos, etc.- las
HORMONAS Y
ANTIBIÓTICOS ,que
emplean para hacerlos
engordar más de lo
normal.

(y ya vimos los
peligros de darles
hormonas y
antibióticos a los
pollos, cosa que
ocurre también con
los cochinos cerdos).



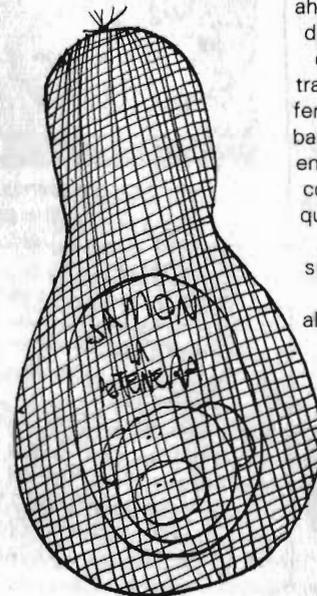
EN REALIDAD, EL
ÚNICO JAMÓN QUE
TIENE TODOS LOS
MINERALES Y
NUTRIENTES, ES EL
JAMÓN SERRANO
que incluso no pide
refrigeración.
TODOS LOS DEMÁS
JAMONES SON EN
REALIDAD SÓLO
EMBUTIDOS QUE
CONTIENEN UN 60%
DE AGUA Y UN 40%
DE GRASAS Y
DESHECHOS DE LO
PEOR DE LA CARNE
DEL CERDO...

y ya sabemos
lo que provoca el
exceso de grasas y
aditivos: la
OBESIDAD
(y las cositas
que trae consigo
la obesidad)



LAS CARNES AHUMADAS

Generalmente el
ahumado de jamones y
demás se lleva a cabo
quemando maderas
tratadas (durmiertes de
ferrocarril, cuadernas de
barcos, maderos usados
en construcciones, etc.),
con lo que el producto
queda impregnado con
3-4 benzopireno
sustancia cancerígena
que sueltan los
alquitranes contenidos
en esas maderas.





**LOS HELADOS
and ice-creams**

En los Estados Unidos, nuestro modelo a seguir de acuerdo a la Ley de Herodes del neoliberalismo, se están dando en estos días grandes batallas entre los h. fabricantes de ice-cream y las autoridades de la FDA, para que cesen (los fabricantes) de rellenar sus productos con aditivos químicos y dejen de utilizar soya transgénica.

(Práctica contraria a la forma tradicional y sana de hacer helados). Resulta que los heladeros gringos **NO ESTÁN OBLIGADOS A PONER LOS ADITIVOS** en la lista de ingredientes en los envases.



Y la verdad es que los helados son algunos de los productos que más aditivos contienen. Y son aditivos que se les ponen *en vez de* :



(y como los helados mexicanos son fabricados por las mismas compañías que en Estados Unidos, pues..)

(¡ y el montón de **COLORANTES** que llevan helados y paletas, caraxo !!)

ESPEREMOS, AUNQUE SEA SENTADOS, QUE ALGÚN DÍA LAS H. AUTORIDADES METAN MANO EN ESTE ASUNTO TAN GRAVE.



- *diethyl glucol en vez de huevo.
- *piperonal en vez de vainilla
- *aldehído C17 en vez de cerezas
- *butiraldehído en vez de nuez
- *amyl acetato en vez de plátano
- *benzyl acetato en vez de frambuesas
- *aspartame en vez de azúcar, y leche de soya transgénica en vez de leche de vaca.



el fraude de **Los cereales de caja**



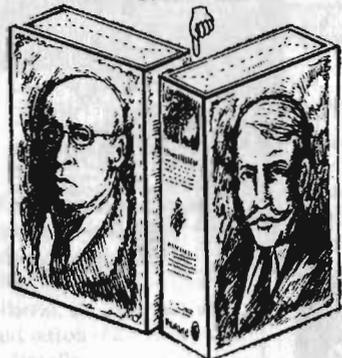
LO ÚNICO NUTRITIVO DE LOS CEREALES EN CAJA, ES EL CARTÓN DE LA CAJA.



HACE ALGUNOS AÑOS LA FDA (organismo gringo encargado de analizar la calidad de los alimentos en los USA.) hizo un serio análisis de los cereales industrializados existentes en el mercado. Una de las pruebas fue darles a comer a un grupo de ratas hojuelas de maíz de Kellogg's, y a otras una dieta de cereales en estado natural. A los pocos días todas las ratas que comían sus corn-flakes se empezaron a desmejorar feo, y acabaron por dejar este mundo. En las mismas pruebas, **NO** se hallaron rastros de las vitaminas que decían les habían puesto a los cereales esos.



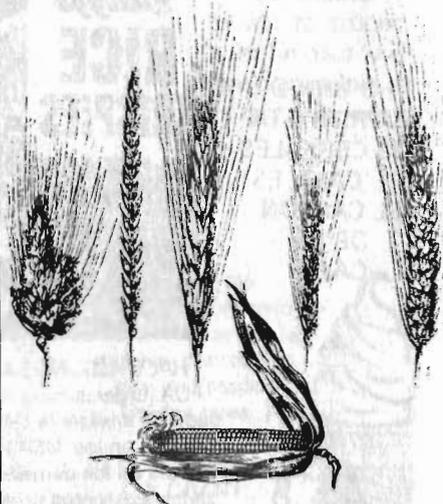
los hermanos Kellog,
o la nueva historia de
Cañ & Abel



John Harvey Kellogg fue un reconocido médico naturista interesado en curar a sus pacientes con dietas a base de cereales integrales que, con su fibra natural hacía milagros. Molió los cereales y les daba forma de hojuelas. Tuvo un enorme éxito, por lo que su hermano Keith Will lo convenció de comercializar sus hojuelas. John prefirió seguir de doctor y Keith fundó la casa Kellogg's que desde entonces se dedica a timar a los niños ofreciéndoles sus cereales chatarra..



La mejor fuente de vitaminas y minerales la encontramos en los cereales siempre y cuando éstos sean integrales, sin refinar, sin azúcar y sin aditivos químicos, algunos tan peligrosos y nocivos como el **ASPARTAME** que aparece entre los ingredientes de algunos cereales industrializados.



los cereales industrializados elaborados por **KELLOG'S, GENERAL MILLS POST, QUAKER OATS, GENERAL FOODS Y NESTLÉ** entre otras muchas industrias, son el producto más caro de la industria de comida chatarra.

EN PROMEDIO, EL KILO DE HOJUELAS LE CUESTA AL CLIENTE 300 PESOS KILO. (al fabricante le cuesta 20 veces menos)



las enormes ganancias de los fabricantes de cereales se basan sobre todo en el bombardeo publicitario que llevan a cabo en la televisión, dirigido totalmente a los ingenuos niños. LA TÁCTICA ES OFRECERLE AL NIÑO UN PRODUCTO QUE CONTIENE TODA CLASE DE CHUCHERÍAS DE PLÁSTICO, PREMIOS O JUGUETES, O JUEGOS IMPRESOS EN LA CAJA Y de paso, les hacen creer a los padres -que son los que pagan- que están comprando un producto altamente nutritivo y vitaminado.



Para su deleite e información, le SEP aprobó los Korn-Flakes y Cia. para los Jardines de Niños... ¡Ay, que país!

como las cajas siempre vienen medio vacías, en realidad lo que se paga es la envoltura y las tarugadas de plástico con que embaúcan a los niños.



Las empresas fabricantes de cereales chatarra han formado lo que se llama un MONOPOLIO COMPARTIDO, una especie de mafia en la que se comprometen todos a NO bajar los precios.

¿entonces no hay entre ellos ninguna competencia?



LA COMPETENCIA EXISTE, PERO ÚNICAMENTE EN LO QUE RESPECTA A SACAR NUEVOS PRODUCTOS, PERO RESPETANDO LOS PRECIOS

hay clientes para todos: la ignorancia en estos países es infinita.

¡VIVA México!



el monopolio compartido se gasta 300 millones de dls. en publicidad anualmente



lo malo de los cereales en caja (todos de empresas extranjeras) es que NO ALIMENTAN PERO SÍ ENGORDAN. Contienen demasiada azúcar (que a veces es artificial y peor), tienen colorantes y saborizantes a pasto, se hacen a partir de sobras de cereales refinados, desmineralizados y desvitaminados.

(y salen carísimos)

SI QUIERE DARLES UN BUEN DESAYUNO A SUS HIJOS, DÉLES GRANOLA NATURAL CON CEREALES INTEGRALES, PASAS, SEMILLAS DE GIRASOL Y MIEL, QUE PUEDE HACERSE EN CASA.

(los cereales industrializados tienen poco o ningún valor nutritivo. En serio)



→ estandar de moda en el mercado los productos que NO tienen colesterol como fórmula publicitaria para vender más.
→ NO HAY TAL.
Son productos que por no contener azúcar o grasas naturales, presumen de NO-COLESTEROL... pero al estar llenos de grasas artificiales y azúcar idem, resultan todo un FRAUDE..



CONTENIDO EN COLESTEROL DE LOS ALIMENTOS COMUNES

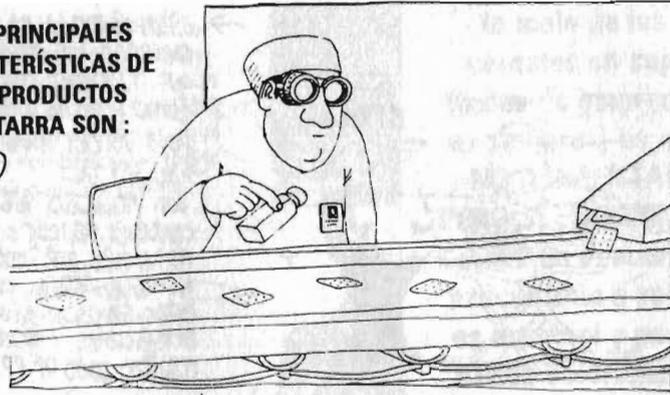
comida animal

comida vegetal

(en miligramos por cada porción de 100 gr)

huevo entero	550		
riñones de res	375		
hígado de res	300		
mantequilla	250		
ostiones	200		
queso crema	120		
manteca de cerdo	95		
filete de res	70		
cordero	70		
carne de puerco	70		
carne de pollo	60		
helado (ice cream)	45		
		cereales	0
		vegetales	0
		nueces	0
		semillas	0
		legumbres	0
		aceite vegetal	0

**LAS PRINCIPALES
CARACTERÍSTICAS DE
LOS PRODUCTOS
CHATARRA SON :**



- * NO nutren casi nada
 - * demasiada AZUCAR
 - * demasiada GRASA
 - * demasiada SAL
 - * exceso de COLORANTE
 - * exceso de ADITIVOS
 - * empaques PELIGROSOS
 - * muy CAROS
- *su consumo entre los niños les impide comer otros alimentos que Sí podrían nutrirlos, (sin enfermarlos ni engordarlos..)

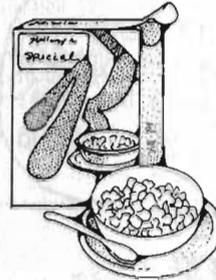


¿entonces
qué * * *
se puede
comer??

¿ con qué
SUPLEN la
chatarra?

evidentemente, no se trata de PROHIBIR la chatarra. Causaría un levantamiento armado financiado por la Coca-Cola, el osito Bimbo y la Pepsico, dueña y señora de las frituras y papitas.

Quizás se podría reglamentar con más rigor la elaboración y distribución de los productos, si se arriesgara el otrora distribuidor de la Coca-Cola y hoy flamante presidente del país.



por lo caro que cuestan, por lo poco o nada que alimentan, por los males y enfermedades que provocan, por lo mucho que ensucian y contaminan, los productos CHATARRA deberían ser expulsados de nuestra alimentación. ¡Ay, si los padres y los maestros tomaran conciencia del mal que causan..!



(Jeremías, 5-12)

como ingenuos
consumidores
desprotegidos por
todas las leyes,
debemos de
resignarnos a
**NO ESPERAR
NADA DE LAS
AUTORIDADES
Y GOBERNANTES**
dizque dedicados
a defender a sus
votantes y
pagadores de
impuestos.



Lo que se puede
hacer, es lo que
podemos hacer
NOSOTROS.

¡¿ CÓMO !?

no comprando
productos chatarra
(empezando por
los refrescos) y
comiendo sólo
productos
NATURALES
que deveras nos
alimenten y no
nos enfermen.



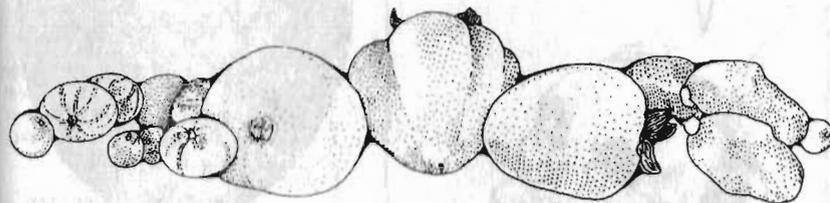
Tampoco
podemos esperar
nada de la Industria:
lo único que les importa
es la lana..



(y en seguida, la
nueva amenaza en
nuestro estómago :
los transgénicos..)

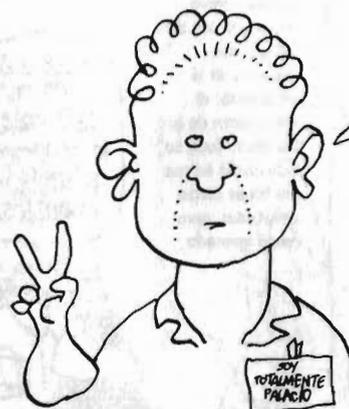


¿ qué diablos es la
GENÉTICA?



la genética
tiene algo que
ver con los
GENES.

mejor ya no
le pregunto más
al pituris o
se le seca el
coco..



¿ y qué diablos
son los
GENES..?



le podríamos preguntar a
FRAY GREGORIO MENDEL
un monje moravo que los descubrió,
pero da la casualidad que ya se murió.
(Aunque dejó escrito todo lo relacionado
con su descubrimiento)



1822-1884



Hace un siglo, un monje moravo descubrió uno de los grandes secretos de la naturaleza: el mecanismo de la herencia. Toda su vida confió en que sus ideas serían aceptadas, pero murió ignorado.

Parece que
no es muy
listo: mejor
lo ponemos
a sembrar
rabanitos..



Fracasado como profesor, el monje dedicó su vida a experimentar con plantas. Vio que al cruzar 2 plantas de especie pura, una con flores rojas y otra con flores blancas, salía una "nueva" con flores de los dos colores en la segunda generación, NO en la primera.

Así, jugando con guisantes (ejotes para nosotros), Mendel encontró que había dos tipos de GENES en las plantas, uno de cada progenitor. El gen de las flores rojas era el gen dominante, pues al nacer la nueva generación, las flores son rojas. El gen de las flores blancas es un gen recesivo, que se aparece hasta la SEGUNDA generación.



los GENES, descubrió fray Geyo-
forman un PROGRAMA que le
indica al organismo (animal o vegetal)
la manera de actuar al momento de
la floración, cuando hay frío o calor,
cómo actuar en tiempo de sequía.
Los GENES son una molécula
presente en todos los seres
vivos, responsable de TRASMITIR
de padres a hijos la información
que DETERMINA sus
características.

altura,
tamaño,
color de
piel (o
de flores)
y otras
caracte-
rísticas.



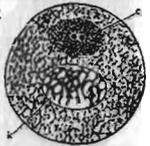
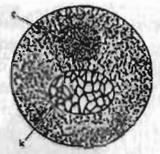


LOS GENES
están en todos los
órganos del cuerpo forma-
dos por **CÉLULAS**.

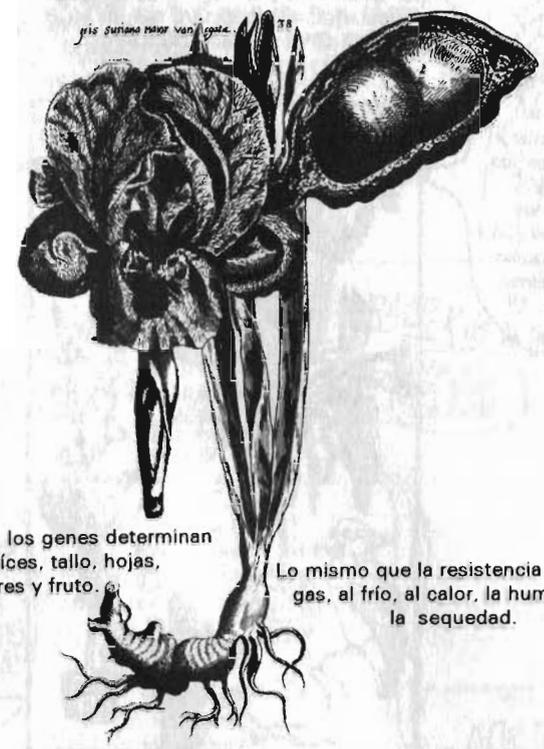
cada célula tiene su función
especial : unas producen
saliva, otras sangre, hay las
que producen proteínas o
grasa y están las que viven
en el cerebro, que se
llaman *neuronas*.

las células están
formadas por **CRÓMOSOMAS**
(46 en total :
23 paternos
y 23 maternos)

Y los tales
crómosomas están
compuestos a su vez
de los ya
famosos
GENES



los genes
CONTROLAN
las actividades
de la célula
desde el
núcleo



en las plantas, los genes determinan
TODO: raíces, tallo, hojas,
flores y fruto.

Lo mismo que la resistencia a las pla-
gas, al frío, al calor, la humedad o
la sequedad.



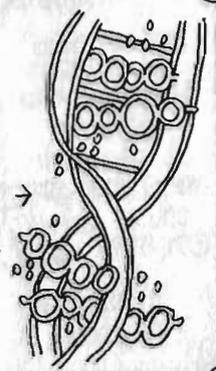
Si fray Mendel descubrió la existencia de
los genes en 1865, no fue hasta 1944
que Oswald Avery y en 1953, James
Watson y Frances Crick (Premios Nobel)
que descubrieron la forma de la
molécula de los genes en el

ADN

(ácido desoxirribonucleico)

el ADN es una sustancia química natural
que está presente en todos los canijos
organismos vivos. Es decir, el ADN es

¡ la pura vida !



la Ciencia, que se mete en todo desde que se supo que la Biblia no era muy de fiar, descubrió:

que al manipular y modificar los GENES pueden **iii MODIFICAR** a cualquier organismo, coño !!!



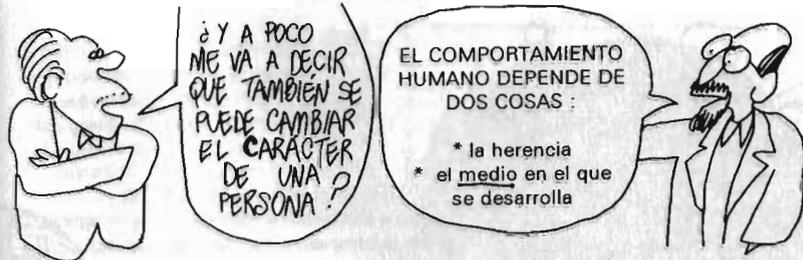
¡ eso le corresponde nada más a Dios !

inclusive en los humanos: creen que se puede cambiar el aspecto de una persona, el color de su piel, de su pelo, su estatura, el carácter, sus preferencias sexuales, ¡y hasta los órganos mismos de la gente !!!



¡ eso -repito- me parece cosa de Diosito..!

o del Diablo..!



¿ Y A POCO ME VA A DECIR QUE TAMBIÉN SE PUEDE CAMBIAR EL CARÁCTER DE UNA PERSONA ?

EL COMPORTAMIENTO HUMANO DEPENDE DE DOS COSAS :

- * la herencia
- * el medio en el que se desarrolla

la HERENCIA GENÉTICA determina el CARÁCTER de la persona



su modo de ser

¡ sí: yo soy bien enojona.



¡ pues yo soy bien conchudo..

en cambio, el MEDIO en el que crecemos determina el COMPORTAMIENTO, la conducta de la persona..



- + la relación con la madre en el seno materno (¡ sí !)
- + la casa donde viven
- + el barrio donde crecen
- + los maestros
- + los compañeros y amigos
- + la clase social
- + los deportes
- + la nacionalidad
- + la profesión
- + el clima
- + la forma de comer
- + la higiene
- + contacto con las artes
- + la música
- + la religión
- + la tecnología
- + las epidemias
- + la guerra

(si se nos olvidó algún factor importante, añádale sin ninguna pena, gracias)

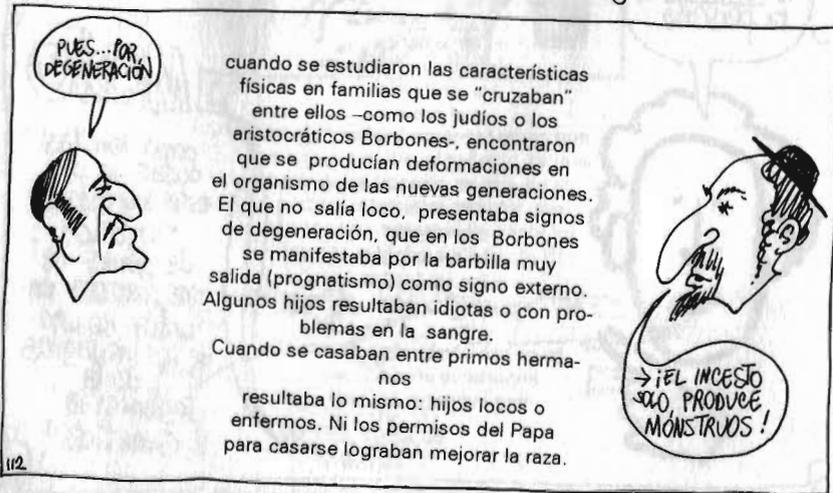
el MEDIO

como van las cosas, ya se está logrando el "injerto" de genes de una persona en otra: es uno de los milagros de la Ingeniería Genética !



En la fantasía poética de JEAN EFFEL, el gran caricaturista francés de los años de la posguerra, aparecía Dios como un ingeniero genético, haciendo y des-haciendo flores y animales a su gusto.

¿hay otra forma de modificar los genes?



cuando se estudiaron las características físicas en familias que se "cruzaban" entre ellos —como los judíos o los aristocráticos Borbones—, encontraron que se producían deformaciones en el organismo de las nuevas generaciones. El que no salía loco, presentaba signos de degeneración, que en los Borbones se manifestaba por la barbilla muy salida (prognatismo) como signo externo. Algunos hijos resultaban idiotas o con problemas en la sangre. Cuando se casaban entre primos hermanos resultaba lo mismo: hijos locos o enfermos. Ni los permisos del Papa para casarse lograban mejorar la raza.

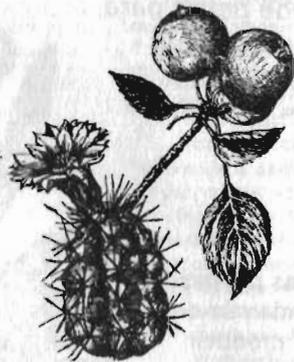
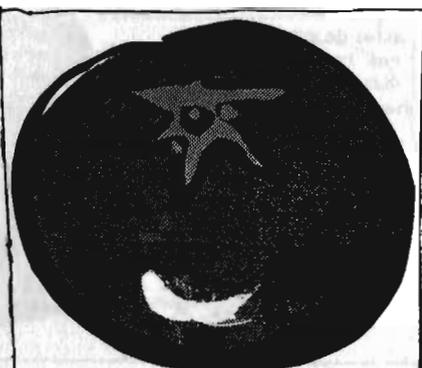
Lo mismo ocurría con animales y plantas: se producían mutaciones involuntarias e inesperadas, por la modificación de los genes debida a diversos factores. La degeneración de las células es el principal: cuando unas células se comportan mal, se degeneran, se produce el CÁNCER

incluso se ha descubierto que los genes que están en los organismos de papá y mamá, son HEREDITARIOS incluso si se trata de carácter, talento o adicción.

se puede heredar el alcoholismo, la diabetes, el talento musical, el tabaquismo o el carácter violento!



Años y años de estudio y experimentos, llevaron a los sabios llamados Ingenieros Genéticos a concluir que, igual que podían cambiar a los animales (el hombre incluido) en sus laboratorios, lo mismo podían hacer con las plantas: CREAR "NUEVAS" PLANTAS...

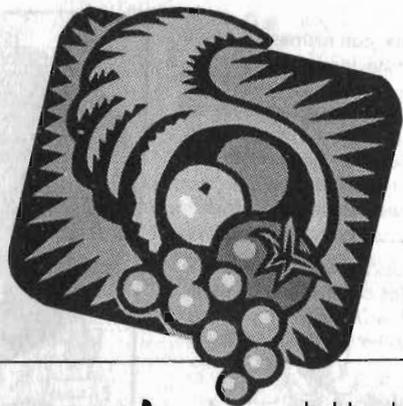


PLANTAS que crecieran más y produjeran más, que resistieran mejor al frío o al calor, que se defendieran mejor de insectos y plagas o que aguantaran más las sequías. ¿cómo?

agregando o quitando genes, o modificándolos.

ése es todo el chiste de la ingeniería genética

antes de entrar en lo que nos interesa, el lector se debe someter a un rollo medio técnico, pero que le va a servir para entender mejor el asunto. Y si alguna vez se mete en una discusión, va a poder hacerlo bien y hasta presumir de "conocedor".



¿sabe usted para qué sirven las plantas?

(no las de los pies, claro..)

las plantas, además de producir alimentos y ayudarnos a respirar aire puro, pueden dar una serie de PRODUCTOS que reciben científicamente el nombre de METABOLITOS.



hablando en cristiano, los dichosos metabolitos son:

- aceites*
- aditivos*
- alimentos*
- ácidos grasos*
- carbohidratos (harinas)*
- saborizantes*
- colorantes*
- fragancias*
- enzimas*
- aminoácidos*
- hormonas*
- condimentos*
- edulcorantes*
- vitaminas*
- emulsificantes*
- y varios*
- insecticidas y*
- plaguicidas.*

(todo eso sin tener que modificarlas genéticamente, conste)



USANDO LA BIOTECNOLOGÍA ADECUADA, SE PUEDEN CREAR EN TODAS LAS PLANTAS mejoras que se traducen en



- * mayor rendimiento
- * más resistencia a plagas
- * tolerancia a herbicidas
- * biosíntesis de proteínas
- * tolerancia a sequías
- * más capacidad fotosintética
- * tolerancia a salinidades
- * más incorporación de nutrientes del suelo
- * mejoras en el sabor, color y textura
- * más duración y conservación
- * tolerancia a la alcalinidad
- * más aguante al frío etcétera

nos vemos obligados a repetir que todas estas mejoras en las plantas se han logrado tecnológicamente, Y SIN EMPLEAR LA GENÉTICA.

la industria alimenticia
(o alimentaria, que le dicen algunos)
se beneficia muchísimo gracias a
las mejoras que la mentada
BIOTECNOLOGÍA
ha logrado en las plantas.

¿cuáles son esos
beneficios que la
industria alimenticia
ha logrado ?

- * SAVORIZANTES
- * PROTEÍNAS
- * CONDIMENTOS
- * COLORANTES
- * EDULCORANTES O SEA AZÚCARES
- * VITAMINAS
- * BEBIDAS FERMENTADAS
- * JARABES
- * DESHIDRATADOS
- * CONSERVAS



¿ SE ACUERDAN DE
FRANKENSTEIN , EL CUATE
QUE "CREÓ" UN SABIO, Y QUE
LUEGO SE LE VOLTEÓ
EN SU CONTRA ?



¿ por qué dicen
los defensores de
la naturaleza que
los transgénicos
son un peligro ?

Pues los

críticos de los **TRANSGÉNICOS** han
llamado a esos productos vegetales
creados en el laboratorio, los
FRANKENFOODS
contrariando al nombre que los
vendedores de esos productos les
han dado , de
ALIMENTOS MILAGROSOS.



AAH... ESO
LO VAMOS A
VER EN EL
SIGUIENTE
CAPITULO →

capítulo 3



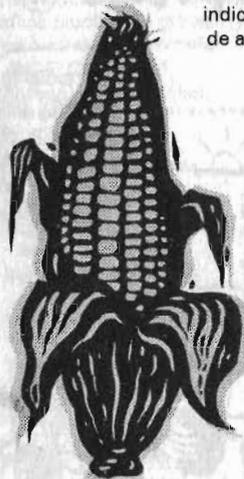
los alimentos transgénicos

al cambiarle a una plantita su "modus vivendi", su comportamiento ancestral, los ingenieros han logrado "crear" nuevos productos, que son los **ALIMENTOS TRANSGÉNICOS**



una parte de la BIOTECNOLOGÍA (que a su vez es una parte de la BIOLOGÍA) es la mentada INGENIERIA GENÉTICA. o sea, primero es la Biología, luego la Biotecnología y luego la Ingeniería Genética, que MODIFICA LOS GENES DE LOS SERES VIVOS para que cambien su comportamiento.

Como ya medio vimos, los genes forman un PROGRAMA que le indica al organismo cómo actuar de acuerdo a las circunstancias.



O sea :
 -si hace frío
 -si llueve mucho
 -si es momento de la floración
 -si hay sequia
 -si hay una plaga
 -si hace mucho calor



TRAS LARGOS Y COSTOSOS ENSAYOS EN LOS LABORATORIOS DE LAS GRANDES COMPAÑIAS TRANSNACIONALES, LOS INGENIEROS GENÉTICOS LOGRAN INCORPORAR A LAS SEMILLAS DE LOS PRODUCTOS QUE LES INTERESABA, VIRUS O BACTERIAS DE OTRAS PLANTAS (O ANIMALES, IMAGÍNESE...) → DE ESA FORMA LA SEMILLA TRATADA GENÉTICAMENTE HACE QUE LA PLANTA CUENTE CON SU PROPIO INSECTICIDA PARA DEFENDERSE CON ÉXITO DE LAS PLAGAS E INSECTOS QUE QUIERAN COMERSELA..

Pasada la etapa de estudios y pruebas de laboratorio, se pasó en 1995 apenas a sembrar las semillas ya genéticamente modificadas. Se sembraron en total 4 millones de acres * en los campos de Estados Unidos.

principalmente de soya y algodón

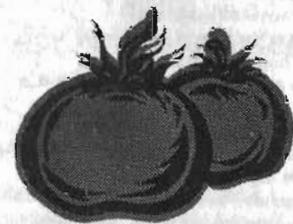


ACRE: medida inglesa equivalente a 40 áreas

PRODUCTOS TRANSGÉNICOS EN EL MERCADO

- soya
- papaya
- maíz
- algodón
- soya
- tabaco
- uvas
- coliflor
- colza (canola)
- sorgo
- melón
- camote
- papas
- calabacita
- jitomate
- remolacha
- zanahoria
- fresas
- alfalfa
- calabaza
- girasol
- trigo
- arroz

hay que decirlo: el éxito fue inmediato, así que se siguieron con otros productos



En México, la Secretaria de Salud aprobó la introducción de los siguientes productos transgénicos para consumo: papa, algodón, soya, canola y jitomate. Por su parte, la Secretaria de Agricultura permitió la siembra de jitomate y algodón



a la mexicana: sin saber como nos iba a ir...

"gracias" al injusto
TLC
CON Canadá y los
Estados Unidos,
México se obligó a
no impedir el paso
a los transgénicos.



(el culpable -claro- goza
de cabal salud en Cuba)
¿o en Dublín?
Nos gustaría más en Almoleya...

si bien es cierto que gracias a las
semillas transformadas genéticamente
se logran mayores y mejores
cosechas, también lo es que esos
logros "milagrosos" se están
convirtiendo en un riesgo enorme
para la salud y para
el medio ambiente.

Y ESO NO
LES PARECE
IMPORTAR A
LAS EMPRESAS
TRANSGENICAS,
MI VALEDOR..



las grandes empresas
multinacionales que están
produciendo ya las
semillas transgénicas
dicen, a su favor, que el
HAMBRE

en el mundo sólo puede
combatirse produciendo
alimentos transgénicos.

Los opositores a la
producción de productos
transgénicos dicen que
el hambre en el mundo
depende más que nada de
una pésima y fatal
distribución de los recursos
y a la cada vez más grande
dependencia alimentaria
de los países del
tercer mundo, que ven
sus tierras convertidas
en auténticos paraísos para
esas empresas.

¿POR QUÉ ?

Las grandes agroindustrias
trabajan a base de precios
indignantes de mano de
obra y logrando enormes
extensiones de terrenos de
cultivo también a precios
irrisorios. Es decir, su
principal objetivo es ganar
cada vez más dinero al
producir más y más barato
(para ellos), y al vender sus
semillas -cada año- a precios
cada vez mayores.

No es el combate contra el
hambre lo que las mueve, sino
el obtener cada vez más dinero

vamos a ver cómo está eso...>



si explican
eso de las
SEMILLAS
no me enojo



El gran negocio de los
productores de semilla
transgénica está en el
pequeño detalle de que
sus semillas -que se
venden muchísimo más
caras que las normales-
se vuelven estériles al
ser reproducidas por la
planta. Es decir, NO
SE PUEDEN VOLVER A
SEMBRAR. Sólo se
pueden consumir, si
es que son como el
maíz o la soya.

y eso obliga al
agricultor a tener
que volver a comprar
semillas para el
próximo cultivo..
¡Negociazo!



la transformación genética
de muchos cultivos está
logrando que productos
originarios de zonas
tropicales (coco,
café, bananas, o
cacao, p.ej.) se
puedan dar..

en otros climas
no-tropicales



¿cocos en Alemania o café en Suecia?

¡ Jijos ! ¿ Y luego
de qué van a vivir
esos países que
casi lo hacen
de esos tan
tropical
productos ?



Ya se están empezando a ver las primeras
desastrosas consecuencias: la VAINILLA se está
sustituyendo con una "cosa" sintética hecha a
base de pino y no sé qué.
60 mil campesinos de Madagascar que viven
de la vainilla..¿qué van a hacer ahora ?

O los productores indonesios de la QUININA,
que ya se está produciendo genéticamente,
¿ de qué van a vivir en adelante ?

Lo mismo que ocurrió antier con el henequén al
ser sustituido por fibras sintéticas: un DESASTRE
del que no se ha repuesto Yucatán. Despidos en
masa de campesinos, quiebra de productores,
crisis en todo la sociedad.

Tanto Salinas como Zedillo han actuado criminalmente respecto al maíz, al no defender ante el TLC a los campesinos mexicanos. Y especialmente a los campesinos indígenas productores de maíz, que nunca fueron consultados.

(al nopal lo ven a ver narros cuando quieren VOTOS...)

Salinas & Zedillo prometieron todo para embarcarnos al TLC: *que los campesinos tendrían mejores y más productivos empleos, *que el precio de la tortilla bajaría, * que el medio ambiente se beneficiaría porque las tierras marginales descansarían, *que sólo se importarían 2.5 millones de Tn. de USA, *que Conasupo mejoraría, *que Procampo y Alianza para el Campo apoyarían a los campesinos necesitados, *

COMO HEMOS VISTO, NINGUNA DE PROMESAS DE LA YUNTA SE CUMPLIÓ



Se está importando casi el doble de maíz de USA y sin la aplicación de las tasas arancelarias prometidas...el precio de la tortilla subió a las nubes...los precios de garantía no se han respetado...Conasupo está por desaparecer...Procampo y la Alianza por el Campo están a la bancarrota...se sigue subsidiando a las grandes empresas del salinismo, pero NO a los campesinos, que emigran ya en masa rumbo a Estados Unidos.

(Y LOS QUE NO SE HAN IDO, YA ESTAN PREPARANDOSE PA QUE FOX LOS MANDE DE JARDINEROS A TEXAS...)



y desde luego, el MEDIO AMBIENTE NO SE HA BENEFICIADO, y ahora con los transgénicos, menos...>

la destrucción del medio ambiente por los canijos transgénicos



al incluir en una planta una resistencia a los pesticidas, están creando super-plantas con enormes ventajas sobre OTRAS plantas que NO CUENTAN CON NINGUNA DEFENSA contra el nuevo virus. Obviamente, las plantas criollas son atacadas y desaparecen.



muchos insectos adquieren resistencia a los pesticidas, que acaban por hacerles lo que el aire a Juárez.

el nuevo producto transgénico acaba así con las bacterias naturales productoras de toxinas (que se daban naturalmente en las plantas "a la antigua"), que mataban al insecto dañino.



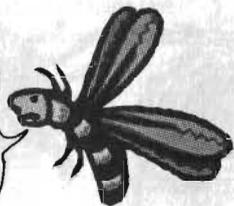
O PARA QUE LO ENTIENDA FÁCIL : LAS NUEVAS BACTERIAS TRANSGÉNICAS ACABAN CON LAS VIEJAS BACTERIAS NATURALES, Y DEJAN INDEFENSA A LA PLANTITA.

¿no son chingadeiras ?

en porfuuuuuu porque no se oiga tan feo

en síntesis, la nueva planta transgénica puede (y lo está haciendo) acabar con otras plantas y con insectos inocentes y benéficos para la agricultura.

¡pinche polen, sabe a popó de vaca loca!



en Michoacán (¿pos ónde más?) ya se está viendo la muerte masiva de mariposas monarca, cuyas larvas resultan dañadas al afectarse el algodoncillo del que se alimentan, con el polen transgénico del "nuevo" maíz.

¡ya ni la fríegan!



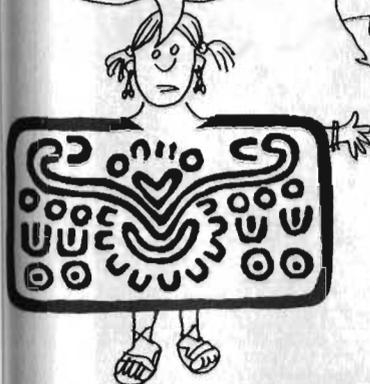
Se ha descubierto que NO SÓLO se mueren los insectos También se están muriendo los pajaritos que se nutren de insectos.



Un ejemplo trágico: la SOYA GENÉTICA resulta resistente al GLIFOSFATO QUÍMICO que es letal, no sólo para las semillas, sino también para la vegetación y animales benéficos. El *US Fish & Wildlife Service* ya ha identificado 74 plantas que pueden desaparecer por culpa del Glifosfato.



Y CLARO: LOS PAÍSES MÁS PERJUDICADOS SON LOS QUE CUENTAN CON MAYOR DIVERSIDAD BIOLÓGICA..



EN EL MUNDO EXISTEN

3

GRANDES centros de diversidad biológica:

- 1 el Medio Oriente
- 2 el Norte de China y
- 3 México

(es decir, son los lugares donde se dan más especies silvestres)

por la contaminación y las pésimas políticas agrarias de nuestros pri-gobernantes, se ha perdido en un siglo el 75 % de nuestra diversidad genética.

en México se han perdido el 80% de las variedades de maíz que había en 1930 ¿qué va a pasar con el maíz transgénico?

(HASTA LABASTILA FUE SECRETARIO DE AGRICULTURA..)

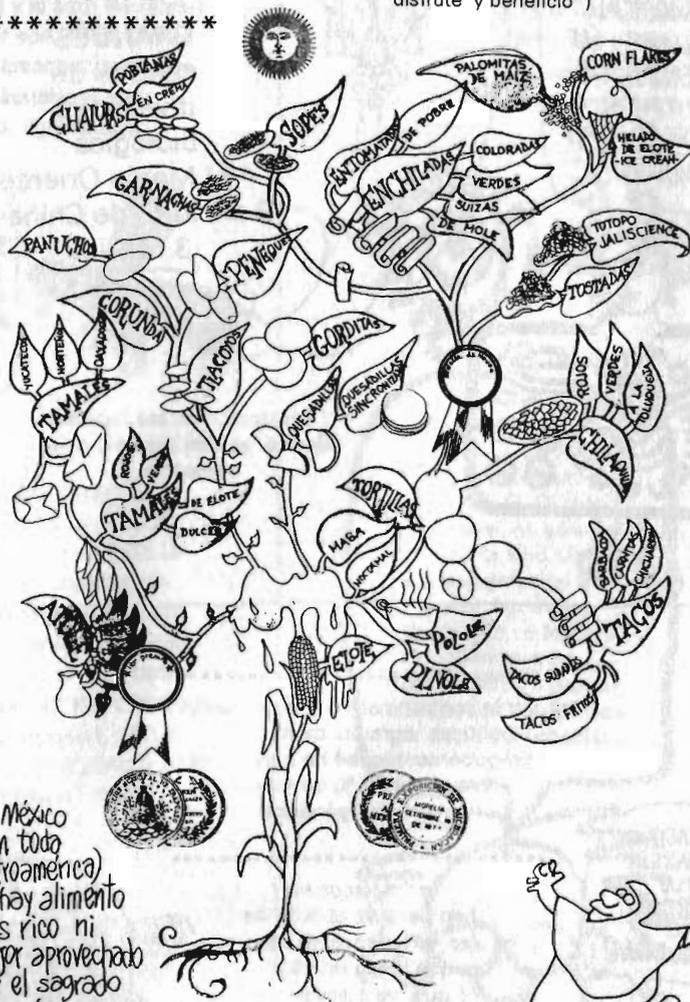


¿cómo? ¿YA HAY MAÍZ TRANSGÉNICO EN MEXICO?



el supersanto MAÍZ

(que salió de México al mundo entero para su disfrute y beneficio)



En México
(y en toda
Centroamérica)
no hay alimento
más rico ni
mejor aprovechado
que el sagrado
MAÍZ



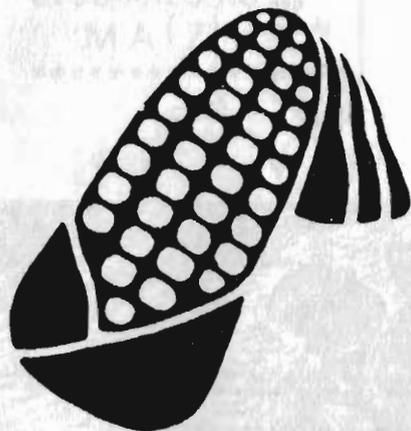
POR SI NO LO SABE
SU MERCED, SÉPASE
QUE NUESTRAS
QUERIDAS MILPAS
ESTÁN EN PELIGRO
ANTE EL LLAMADO
"MAÍZ BT", EL
MAÍZ TRANSGÉNICO.

¿ y por
qué
chingaos,
si se
puede
saber ?



desde hace más de 500 años, los campesinos mexicanos (entre ellos mi suegro) han inventado y conseguido más de 300 VARIETADES CRIOLLAS de maíz, a partir de las 44 RAZAS DIFERENTES DE MAÍZ QUE HAY EN MÉXICO.

partiendo de pruebas con los pólenes de la planta, y seleccionado con todo rigor las semillas, los campesinos mexicanos y los técnicos agrícolas ídem, han logrado un maíz que resiste mejor los cambios de clima, los ataques de plagas o la competencia desleal de plantas silvestres.



El maíz, padre y madre de nuestra mesoamericana cultura, se reproduce naturalmente por lo que se llama **POLINIZACIÓN CRUZADA**. Una planta sólo necesita del polen de otra para fecundarse. Manipulando las mejores semillas, los campesinos han logrado variedades más resistentes...que ahora corren un enorme peligro ante la llegada del "nuevo" maíz.

Desde 1996 nuestro país está importando maíz transgénico de los USA, maíz que se utiliza -vía Maseca- para la elaboración de la masa con que se hacen tortillas, tamales y demás derivados del maíz. y que han sido la base de la alimentación.



• PARTE DEL MAÍZ
• AMARILLO QUE
• ESTÁ LLEGANDO
• A MÉXICO
• CORRESPONDE
• A LA VARIEDAD
• MODIFICADA BT,
• DE LA EMPRESA
• GRINGA NOVARTIS.
• LOS GENES DE
• LA BACTERIA
• *Bacillus*
• *Thuringiensis*
• (BT), SON
• INSERTADOS EN
• LAS SEMILLAS
• PARA HACERLAS
• RESISTENTES A
• INSECTOS Y
• PLAGAS, DICEN...

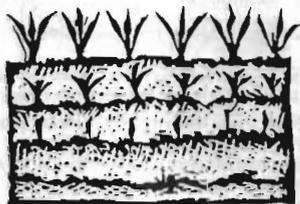


El maíz manipulado genéticamente produce su propio insecticida.

Y ése es el problema: el desarrollo de insectos resistentes al BT pone en peligro a las otras plantas de maíz: es casi imposible combatir a esos insectos resistentes.

y por el otro cachete, la resistencia de estos productos transgénicos a los antibióticos (y ya se comprobó en laboratorio que el susodicho MAÍZ BT resiste la ampicilina) constituye una amenaza contra la salud de personas & animales.

el riesgo de transmisión del gen de resistencia a la ampicilina a bacterias patógenas que habitan en nuestro aparato digestivo, es muy alto.



SE SABE CON TODA SEGURIDAD QUE YA SE ESTÁ CULTIVANDO EL MAÍZ BT EN LOS ESTADOS DE BAJA CALIFORNIA SUR, MORELOS, MÉXICO, SONORA, SINALOA Y TLAXCALA, A PESAR DE QUE LAS AUTORIDADES NIEGAN QUE SE ESTÉ IMPORTANDO MAÍZ bt PARA SU SIEMBRA.

la SECOFI y la Secretaría de Agricultura deberían ya de intervenir para defender las 300 variedades de maíz mexicano. ("Deberían"..)



ESTADOS UNIDOS EXPORTA A MÉXICO CERCA DE 4 MILLONES DE TONELADAS DE MAÍZ bt. PARA CONSUMO ANIMAL Y HUMANO. AUNQUE SE DICE QUE NO SE HA APROBADO IMPORTAR MAÍZ bt PARA SU SIEMBRA. SE SABE QUE NO ES ASÍ.
¿ POR QUÉ ?
pues porque estamos en México. mi cuate, donde todo se con\$igue...



asi las cosas, debemos saber que el maíz BT está poniendo en peligro (ya) las diferentes variedades criollas del maíz mexicano, al ser contaminadas por el maíz transgénico gringo.

una de cal...

En algunos medios científicos se han manifestado muestras de aprobación hacia el manejo genético de plantas y productos transgénicos. Algunos muestran sus dudas hacia los de GREENPEACE y otras ONG's por su radicalismo combativo y creen que se están exagerando los peligros a futuro.

En El Correo de la Unesco acaba de aparecer la opinión de la Dra. Margarita Salas, pionera española de la biología molecular. Y en La Jornada se hizo ver la opinión del sabio mexicano Luis Rafael Herrera Estrella, inventor de las plantas transgénicas.

Por creer que pueda ser de interés, reproducimos parte de sus opiniones para que los lectores juzguen con más conocimiento del asunto.



MARGARITA SALAS

Otro avance científico que despierta grandes protestas son los organismos genéticamente modificados, ¿cuál es su reacción?

Son temores totalmente debidos al desconocimiento. La Naturaleza se va modificando lentamente por sí sola para adaptarse. En el laboratorio se aceleran los cambios. Los agricultores han modificado tradicionalmente las plantas mediante cruces genéticos para dar lugar a semillas que creciesen en suelos áridos, suelos salinos, etc. Esto se logró con mucho trabajo y mucho tiempo, y a nadie le ha parecido mal, pero en definitiva consiste en modificar las semillas genéticamente. Un injerto es una modificación genética y a la gente no le da miedo... pues bien, las plantas transgénicas son lo mismo. Entre los 50.000 o 100.000 genes que tiene una planta se introducen uno o dos distintos que la hacen resistente a los insectos, a los virus, o a la salinidad del suelo. Se logra mediante experimentos muy simples que pueden durar días o semanas. ¿Por qué da miedo? Porque no se conoce lo que es. Por otra parte, en todas las plantas transgénicas fabricadas hasta la fecha se han realizado controles antes de lanzarlas al mercado. Me parece bien que los alimentos que deriven de plantas transgénicas estén correctamente etiquetados, para que el consumidor elija. Comer productos procedentes de plantas transgénicas no supone ningún tipo de peligro: yo no tendría ningún problema en comerlos.

¿Cuál es el interés concreto que tienen los organismos transgénicos?

Las plantas transgénicas no pueden ser más que ventajosas para la humanidad. El otro día lei que hay un arroz transgénico que produce 35% más de cosecha... está clara su importancia para países que están padeciendo hambrunas. Es cierto que esas semillas están patentadas, pero a la larga las patentes entran en el dominio público y las semillas se abaratan. Hace poco nos visitó Norman Borlaug, un ingeniero agrónomo que en 1970 obtuvo el premio Nobel de la Paz por sus trabajos en relación con la adaptación de cultivos a suelos áridos. El, que aunque es estadounidense vivió mucho tiempo en México, está absolutamente a favor de las plantas transgénicas; le parece absurdo todo el movimiento en contra después del trabajo que a él le costó conseguir plantas que germinasen en suelos áridos.

Parece que usted confía mucho en la bondad intrínseca de los científicos...

Es que la ciencia en general va por el buen camino, el de beneficiar a la humanidad y no por el de la perversidad. Las nuevas tecnologías de clonación o trasplante de tejidos se hacen por el bien del hombre. No hay motivo de asustarse, al contrario.

(Bueno...)



LUIS RAFAEL HERRERA ESTRELLA

El inventor de las plantas transgénicas

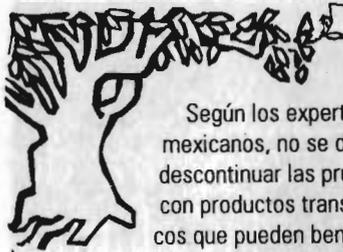
lherrera@irapuate.ira.cinvestav.mx

pues...resulta que el inventor de las plantas transgénicas es mexicano. Desde 1982, en la Universidad de Gante (Bélgica), inició los estudios para producir plantas genéticas, contando ya ahora con la "patente" de la OMPI (Organización Mundial de la Propiedad Intelectual como tal).

Lo citamos textualmente :
"Es curioso que Greenpeace y toda la gente que ataca a la ingeniería violenta, porque afirman que estamos haciendo cosas espantosas que sólo sirven para enriquecer más a las empresas multinacionales que dominan el mercado mundial agrícola, no se den cuenta del enorme potencial que la ingeniería genética tiene para favorecer a los agricultores pobres que siembran sus cultivos en suelos marginales, y de resolver problemas ecológicos de gran importancia."

En la actualidad centra sus esfuerzos en la obtención de plantas que eliminan la toxicidad provocada por el aluminio en suelos ácidos y que cuentan con una mejor capacidad de utilizar los nutrientes

Los hallazgos de Herrera Estrella han tenido repercusión en diversas partes del mundo, porque abren la posibilidad de cultivar extensiones muy grandes que tienen gran potencial agrícola, pero que no se podían utilizar, debido a la acidez del suelo



Según los expertos mexicanos, no se deben discontinuar las pruebas con productos transgénicos que pueden beneficiar al país. Si es el gobierno quien CONTROLA todo el proceso y NO DEJA en las garras de las empresas ese control, se puede beneficiar el país.

Como señala el Dr. Herrera Estrella, se está logrando una variedad de maíz con tolerancia al aluminio que hay en el suelo.



Pero si no se vigila en serio el peligro latente y desconocido, se puede provocar en el campo mexicano un desastre apocalíptico.

EL CASO DE MÉXICO

En México se empezó a experimentar con cultivos transgénicos desde 1988. Desde ese año hasta julio de 1999 la Sría. de Agricultura había otorgado 141 permisos, 123 a empresas en su mayoría extranjeras deseosas de comercializar en México sus productos y semillas. En algunos casos, utilizan el campo mexicano para experimentar productos que NO se venden en México, como el jitomate Flavrsavr, que tarda mucho en madurar y es especial para el mercado gringo.

Ya vimos el caso del maíz transgénico que está entrando a México REVUELTO con el maíz que se está importando para consumo humano, dándole en la mother a las variedades nativas de los campesinos que YA no tienen mercado, como reconoce Maseca.



Al parecer, el gobierno mexicano desaprobó en julio del 98 los experimentos de maíz BT y sólo se trabaja con él en el CINVESTAV de Irapuato, Gto.

claro: así tenemos jitomates todo el año..



Médicos (serios) de todo el mundo están expresando su preocupación por el aumento de raras enfermedades producto del aumento de la VULNERABILIDAD de las personas a los antibióticos, debido a la reciente creación de genes resistentes a los antibióticos. ¿Cómo entran esos genes en el organismo humano ?

por el consumo de alimentos tratados genéticamente.



se sabe ya que algunos cultivos están generando BACTERIAS que causan enfermedades e infecciones QUE NO PUEDEN CONTROLARSE con ninguna medicina.

¿Cuáles son los riesgos para la SALUD ?



Monsanto ha desarrollado una variedad de PAPA (Hoja Nueva), conteniendo una bacteria tóxica que mata al Escarabajo Colorado. Lo que no se sabe todavía es qué puede pasar en el organismo humano al comer la "nueva" papa. (Cosa que a Monsanto les tiene sin cuidado..)



La verdad es que los científicos apenas están empezando a conocer a fondo el ADN de muchos organismos (apenas el 5%) y en su inexperiencia pueden provocar cambios y mutaciones en ellos



Se están produciendo cambios en la naturaleza que NUNCA se hubieran dado *per se*. Y nadie sabe qué consecuencias puedan tener esos cambios.

Gerald Fried



POR LO PRONTO LO QUE YA SE SABE ES QUE SE ESTÁN PRESENTANDO NUEVAS ENFERMEDADES PROVOCADAS POR LAS NUEVAS TOXINAS.

¡¡QUE AÑADIDAS A LAS QUE CAUSA LA COMIDA CHATARRA NOS PRESENTA UN CUADRO CLÍNICO DE LA FREGADA !!



sobre todo rarísimas ALERGIAS, o sea, las enfermedades más difíciles de curar.



¿doctor Chiringas? le estoy mandando un paciente con una de esas alergias incurables, a ver si resuelve así su problema (de usted) del nuevo coche. Je, je, je...



Otro problemita con los productos esos: al "cruzar" con proteínas los alimentos, proteínas que proceden de organismos que NUNCA se habían consumido como alimentos, se ignora si esas proteínas van a causar alguna alergia en el cliente.

¿van a causar? ¡ya las están causando! ¡lo que pasa es que ni siquiera les conocemos el nombre!!



las plantas transgénicas pueden ser atacadas por hongos capaces de producir TOXINAS muy peligrosas para el cuerpo, que pueden provocar a la mejor enfermedades desconocidas por el H. Cuerpo Médico

y otra más ↓

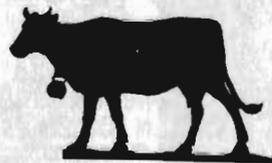
Algunos genes añadidos a las plantas causan concentración de algunos metales pesados (plomo o cadmio p.ej.) en las raíces u hojas de la plantita. yendo a la larga a dar al organismo humano al consumir ese producto.



UNA PLANTA QUE
CONTIENE
MATERIAL GENÉTICO
DE OTRA PLANTA, →
PUEDE PROVOCAR
EN SU CONSUMIDOR
ALERGIAS
MÉDICAMENTE
INCONTROLABLES.



Por ejemplo, al
transformar la soya
colocándole un gen
de la NUEZ DE BRASIL,
le provocan problemas
incurables a las
personas que
son alérgicas
a esa nuez.



**cuando esos
alimentos son
consumidos por
los animales
que después nos
comemos, el
animal queda
contaminado
por las
"nuevas" bacterias
que pasan así
de la carne del
animal a nuestro
organismo.**

¡AY
GÜEY!

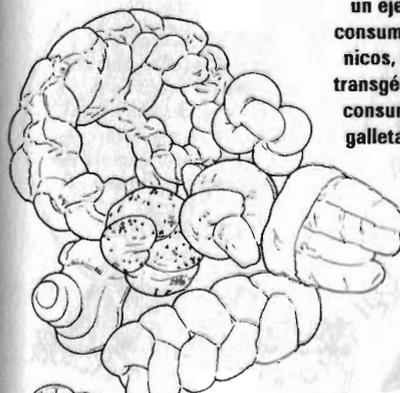


SIN SABERLO,
ESTAMOS
CONSUMIENDO
ALIMENTOS QUE
CONTIENEN
TOXINAS Y
ALÉRGENOS QUE
PASAN DE LAS
PLANTAS AL
ORGANISMO.

al debilitarse
nuestro sistema de
defensa, estamos
expuestos a ser
atacados con más
fuerza por cualquier
enfermedad.

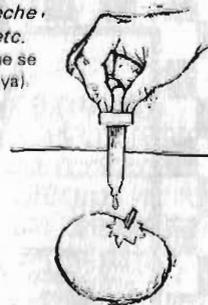
¿se ha investigado
cuántas personas con
el virus del SIDA
fallecen por el
debilitamiento de
sus defensas a causa
del consumo de un
producto
transgénico ?

un ejemplo del peligro de
consumir productos transgé-
nicos, es el uso de la soya
transgénica en productos del
consumo diario: leche, pan,
galletas, chocolates, yogur.



pan · pastas · harinas · helados · quesos ·
aceites de cocina · sustitutos vegetaria-
nos de la carne · galletas · salchichas ·
comida para bebés · salsas · jugos · leche ·
mantequilla y margarina · dulces · etc.
(el 70 % de los productos alimenticios que se
venden en los USA están hechos con soya).

se están
creando cientos
de sustancias
vivas que van a
dar a nuestros
estómagos, sin que
nadie sepa aún
QUÉ EFECTOS
van a causar
en el organismo.



¡ni siquiera
sabemos los
médicos cómo
INTENTAR su
tratamiento!



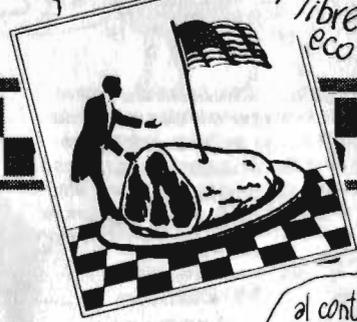
¡esas
nuevas
enfermedades
van más
rápido que
la
medicina!

la agroindustria genética, principalmente la de USA que aquí nos toca, está tomándonos como ratas de laboratorio...y al sistema ecológico del tercer mundo, como su barato laboratorio de pruebas.



se están lanzando al mercado (de los países barco que se dejan), nuevos productos a una velocidad sin precedentes, para crear una situación de hecho consumado de la cual YA NO SE PUEDE REGRESAR.

Y todo en aras del libre comercio y la economía de mercado.



al contrario: hasta nos agradecen que los estemos envenenando..

en los países europeos ya se les está poniendo un freno, cosa que NO ocurre todavía en nuestros cocacolonizados países.

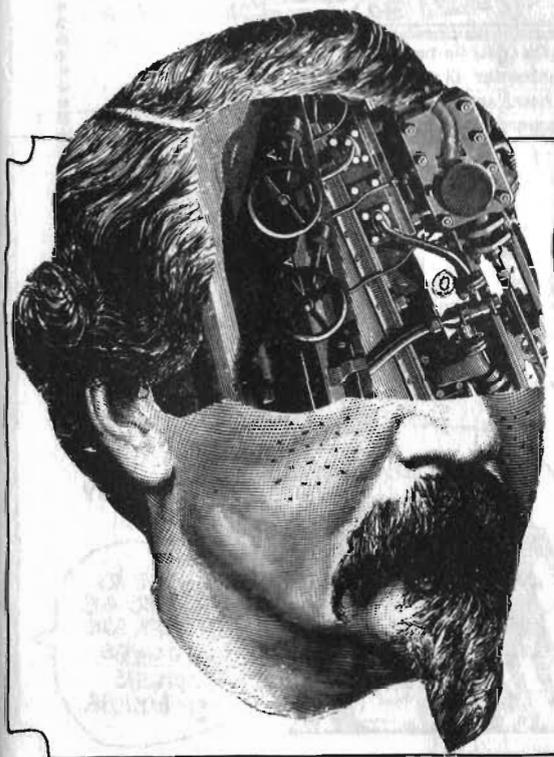


(Y CON MR. FOX, PEOR..)



es un desprecio absoluto a los consumidores (y ciudadanos) del tercer mundo al no tomar en cuenta su opinión.

ES MUY SIGNIFICATIVO QUE EL JAPAN, CANADA O LOS PAISES DE LA UNION EUROPEA ESTEN RECHAZANDO LOS PRODUCTOS TRANSGENICOS, PENSANDO EN LA PROTECCION DE LA SALUD, DEL MEDIO AMBIENTE Y DE SU AGRICULTURA



Bueno, esos malditos países democráticos y soberanos no son tan corruptos en sus ministerios como los del Tercer Mundo

LAS AGRO TRANSNACIONALES ESTÁN IMPONIENDO SU TECNOLOGÍA CONTRA NUESTRA (gulp) VOLUNTAD Y (regulp) SOBERANÍA.

NO SE SABE BIEN A BIEN QUÉ PUEDE PASAR EN UN FUTURO YA PRÓXIMO A LAS PLANTAS NO TRANS- GÉNICAS

TAMPOCO SE SABE BIEN A BIEN QUÉ MALES VAN A PRODUCIR EN NUESTRO ORGANISMO.

SÓLO SE SABRÁ EN 20 o 30 AÑOS, CUANDO YA LA COSA NO TENGA REMIENDO..



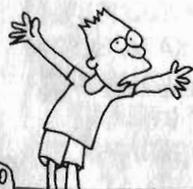
La ONU ha tratado de enfrentar el problema y hacer que todo mundo acuerde algo al respecto

En febrero de 1999 hubo una reunión en Cartagena, Colombia, entre representantes de 135 países para firmar un Protocolo de Bioseguridad.



AUNQUE USTED NO LO CREA, NO SE HA PODIDO FIRMAR POR LA OPOSICIÓN DE 6 PAÍSES: Estados Unidos, Argentina, Chile, Canadá, Uruguay y Australia.

para fijar Reglas Internacionales para la utilización y manejo de semillas y plantas a otros países.



más que los países, los que se oponen, son las grandes empresas agrotécnicas..

el simple hecho de la negativa de USA a firmar un Protocolo de Compromiso a defender el Medio Ambiente y vigilar los resultados de los experimentos transgénicos, da mucho que pensar. (Y pone a todo mundo a la defensiva, sabiendo de lo que son capaces los gringos con tal de ganar más dinero..)



SOBRE TODO LOS GIGANTES GENÉTICOS, DUEÑOS DEL UNIVERSO

las grandes empresas transnacionales que ya dominan el mercado de semillas, plaguicidas, productos farmacéuticos, alimentos procesados, bebidas y productos veterinarios, son las ÚNICAS beneficiadas.

LAS 10 PRINCIPALES AGRO-QUÍMICAS EN EL MUNDO

- 1 Monsanto (USA)
- 2 Aventis (Francia)
- 3 Novartis (Suiza)
- 4 Zeneca-Astra (GB-Suecia)
- 5 DuPont (USA)
- 6 Bayer (Alemania)
- 7 Dow Agro (USA)
- 8 American Home (USA)
- 9 BASF (Alemania)
- 10 Sumimoto (Japón)

LAS 10 MAYORES COMPAÑÍAS DE BEBIDAS Y ALIMENTOS

- 1 Nestlé (Suiza)
- 2 Philip Morris (USA)
- 3 Unilever Pic (GB)
- 4 ConAgra (USA)
- 5 Cargill (USA)
- 6 Pepsico (USA)
- 7 Coca-Cola (USA)
- 8 Diageo-Guinness (GB)
- 9 Mars Inc. (USA)
- 10 Danone (Francia)

¿ qué hacer con los transgénicos ?

.....
¿ quién tiene la razón ?
.....



vamos a ver un poco de la historia cuasi criminal de la MONSANTO, una de las que quiere BENEFICIAR a la Tierra.

MONSANTO
 QUÍMICOS Y PLÁSTICOS

La historia de MONSANTO es una historia de éxitos a costillas del género humano y su Madre Naturaleza. Fundada en 1901 en St. Louis Missouri por el químico autodidacta John Francis Queen, actualmente está a la cabeza en la industria química por encima de competidores como Bayer, Ciba-Geigy, etc.



.....
 sus grandes éxitos le han dado en la mother a medio mundo :

la única razón de su existencia es la GANANCIA



¿por qué son productos nefastos por medio ambiente ?



* la sacarina

* las fibras sintéticas

* el poliestireno para el envase de productos

* los PCBs (bifenilos policlorados), grandes carcinógenos.

* la dioxina, poderoso herbicida y carcinógeno

* el "Agente Naranja", bioxina usada en Vietnam para defoliar las selvas donde se escondía el Vietcong.

* las semillas transgénicas



Además de la nefasta sacarina -prohibida ya en USA pero permitida en muchos países- Monsanto produce ahora otro nefasto endulzante : el **ASPARTAME**

(NUTRA-SWEET ENTRE OTROS NOMBRES)



MONSANTO

ha sido acusado y demandado por miles de veteranos -gringos- de la guerra de Vietnam, víctimas del Agente Naranja por sus propios aviones para acabar con las selvas vietnamitas (y matar de paso a miles de gentes inocentes, con todo y sus animales y cultivos).

¡qué puercos!



MONSANTO también trabaja en la productiva línea de las **HORMONAS SINTÉTICAS** que utilizan los comerciantes de la carne (vacas, cerdos y pollos) para engordarlos artificialmente, a costillas de la salud de los consumidores.



Monsanto se está convirtiendo en un poderosísimo trust comprando docenas de compañías químicas en todo el mundo.

BUENO, NO QUIERO DOMINAR TODO EL MUNDO CON EL TERCERO ME CONFORMO.



MONSANTO

que tiene ventas anuales de SIETE Y MEDIO BILLONES DE DÓLARES tiene como lema "COMIDA, ESPERANZA Y SALUD" aunque en honor a la realidad, debía ser "TOXINAS, MUERTE Y QUÍMICA"



¿y qué esperaban de una empresa capitalista?



En realidad NO tenemos nada contra MONSANTO (y similares fabricantes de biotecnología). No estamos rechazando "només porque sí" la moderna tecnología que ha salvado muchas vidas (y perjudica- do a otras más). Sino que queremos -los ingenuos defensores de la Madre Tierra- una tecnología a favor de la vida y la naturaleza; no una tecnología de manipulación, control y beneficios para unos cuantos, una tecnología que va contra la Naturaleza y la salud y beneficio de los agricultores y sus familias.

Queremos una tecnología que respete el funcionamiento de la Naturaleza, que mejore la salud -no que la empeore-, que sustente a las comunidades que viven de la tierra y que proporcione armonía entre los campesinos y el mundo material. Porque, señores del dinero, están en juego la salud, los alimentos del hombre y el futuro del ya perjudicado planeta que todos habitamos.

Ganen todo el dinero que quieran, pero NO a costillas de nosotros y los demás habitantes de la Tierra. Todavía estamos a tiempo, yo diría...



¿o los seres humanos ya no contamos?

La población mundial está creciendo desenfrenadamente, dicen los defensores de los transgénicos.

De 6 BILLONES de humanos que somos hoy, en 25 años seremos 8 BILLONES, y en 50 años, 10 BILLONES. ¿Cómo se le va a dar de comer a tanta gente? Se necesita DOBLAR o TRIPLICAR la producción de alimentos y sólo mediante la BIOTECNOLOGÍA puede lograrse la meta. PERO..

aunque hace ya más de 10 años que se está trabajando con transgénicos, la gente aún no ve resultados en sus mesas

¿alguna fruta o verdura ha bajado de precio en el mercado?

¿algún país africano de los que sufren hambre ha sido ayudado por las tales transnacionales?

¡ HASTA HOY SÓLO SE HAN BENEFICIADO LOS PODEROSOS !



¿ QUIÉN TEME A LOS TRANSGÉNICOS ?

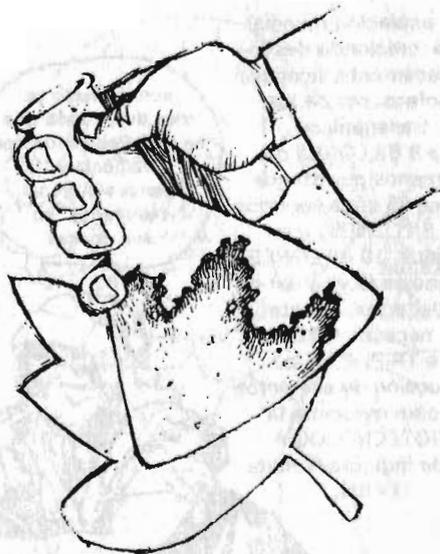
mientras muchos hombres de ciencia, metidos en la investigación de productos genéticamente modificados, abogan por seguir adelante con los estudios y experimentos; mientras las grandes empresas agroindustriales siguen gastando millones y millones de dólares en el intento de conseguir semillas cruzadas más resistentes a algunas de las plagas más dañinas a las plantas y mientras los organismos gubernamentales de muchos países (incluso México), en asociación con las escuelas de agricultura siguen investigando en pleno campo los resultados de las plantas genéticas, muchos organismos NO gubernamentales (ONGs) se OPONEN CON TODA SU ALMA a que los transgénicos sigan adelante.

Japón, Noruega,
Italia, Francia,
Suecia, Inglaterra,
Austria, Nueva
Zelanda, Canadá,
Luxemburgo,
Australia..han
prohibido ya el
ingreso del
Maíz BT.

ESO: SIQUIERA
QUE ME DIGAN
DE QUE VOY A
MORIRME...



En Europa algunos organismos oficiales, aprobaron recientemente una ley por la cual se exige que los alimentos que puedan contener elementos de cultivos transgénicos, sean rotulados a fin de diferenciarlos de los que con seguridad no los contienen. Pero en el campo y en lotes de producción, en general los granos transgénicos no se diferencian de los tradicionales, razón por la cual todos los productos alimenticios basados en soya o maíz pueden tener componentes de origen transgénico. Así las cosas, todos ellos deben ser marcados y etiquetados, explican los especialistas.



¿ que quieren
esos agitadores-
ecologistas-locos
y enemigos del
progreso...?

SE TRATARÍA DE
EXIGIR -al menos-
CINCO AÑOS DE
TREGUA para saber
a ciencia cierta los
EFECTOS que pueden
causar los productos.

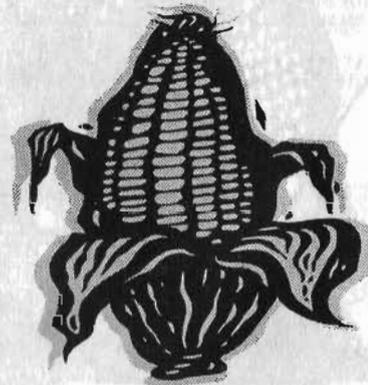
¿ y dejar
de ganar
dinero...?



si bien la oposición amarillista de algunas ONG's está logrando que CESEN TODOS los experimentos en algunos países, NO se trata de caer en un fundamentalismo a ciegas, negando a los investigadores serios y ajenos a las grandes empresas, el beneficio de la duda. Se ha visto que la Biogenética puede lograr maravillosos avances en la producción de superalimentos, pero creemos que esa producción debe hacerse **BAJO CONTROL** riguroso y sin permitir que las **EMPRESA\$** se apoderen de todo.



No se pueden permitir, ni el terrorismo ecológico de los activistas, ni el crimen contra el medio ambiente de las grandes empresa\$ del capitalismo salvaje.



ES IMPORTANTÍSIMO QUE LAS H. AUTORIDADES SE PREOCUPEN POR EXIGIR QUE LOS PRODUCTOS TRANSGÉNICOS QUE YA SE VENDEN EN LOS SUPERMERCADOS Y TENDAIONES (o que contienen un producto transgénico) SE ETIQUETEN debidamente HACIÉNDOLE VER AL INGENUO CONSUMIDOR lo que está comprando.

y que la ciudadanía desorganizada NO COMPRE esos productos.



Si ya de por sí estábamos comiendo chatarra y basura en los alimentos, ahora con la amenaza de los TRANSGÉNICOS la cosa se ha puesto peor que nunca.



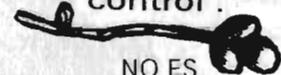
la biotecnología no-genética ha logrado gigantescos avances en la producción de semillas y productos alimenticios



LA AGRICULTURA TRANSGÉNICA ES INSEGURA E INNECESARIA (y nadie la ha perdido)



la contaminación genética que se autoalimenta y autoreproduce es **IRREVERSIBLE** y está fuera de control .



NO ES TREMENDISMO HISTÉRICO : ES UNA PINCHE REALIDAD QUE YA NOS ESTÁ AFECTANDO

confieso con profundo dolor y alarma que me resultó un libro TERRIBLE.

Desde que lo estaba haciendo, agarré la manía de leer los ingredientes de todo lo que me iba a comer, preguntándome:

¿y ahora qué se puede comer sin peligro de muerte?

Como supongo que muchos lectores se estarán preguntando lo mismo, comparto con ellos mi (espero que) sabia conclusión:

NO QUEDA DE OTRA: LO MEJOR ES LO NATURAL.



Anexo

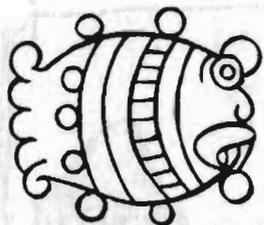


la comida de los indios

¿COMIDA CHATARRA?

con base en un estudio del Dr. Ernesto Takayanagui





Tradicionalmente se ha despreciado en México mismo la alimentación de los pueblos indígenas. Al comparar los alimentos que nos trajeron los conquistadores (carne, trigo, azúcar, etc.) con lo que componía la dieta de los aztecas, calificaban la dieta indígena de "pobre" y a los mexicanos de "pueblo subalimentado". Utilizaban, incluso dentro de las instituciones oficiales, como el Instituto Nacional de la Nutrición, criterios occidentales para devaluar la comida con base en el maíz, el chile y los frijoles, principalmente olvidando o queriendo olvidar varios factores que hacían de los pobladores del Anahuac, uno de los pueblos mejor alimentados del mundo. Incluso, mejor alimentados que los europeos.



¿cómo era la dieta de los indios ?

VARIADA Y MUY NUTRITIVA



La negada y despreciada dieta de los pueblos del altiplano, se basaba en

- EL MAÍZ
- EL FRIJOL
- EL AMARANTO
- LOS CHILES
- EL JITOMATE
- LA CALABAZA
- LOS INSECTOS
- LA FRUTA Y
- LAS VERDURAS

Sólo el maíz se utilizaba en mil y una formas, que se siguen usando hasta nuestros días, con gran escándalo de las clases pudientes que presumen de sangre europea.



Esa dieta azteca, supera en contenido nutricional a la recomendada por la Organización de la Salud, la FAO y el Instituto Nacional de la Nutrición.

Contiene MÁS de lo recomendado en calorías, proteínas, vitaminas, fibra y minerales. Y menos en grasas y carbohidratos que la dieta "española".



Enfermedades que a la fecha casi no se dan entre las comunidades indígenas sobrevivientes. De hecho, se está viendo que los pueblos indios que conservan más sus tradiciones alimenticias, SON LOS MEJOR ALIMENTADOS DEL PAÍS, siempre y cuando no hayan sido invadidos por Bimbo y Coca-Cola.



¡pero el maíz tiene menos proteínas que el trigo !

Efectivamente : el maíz carece de dos de los aminoácidos esenciales que sí se encuentran en la carne de res, PERO da la pinche casualidad que el maíz casi nunca se consume solo, sino muy bien acompañado con otros alimentos que le proporcionan esos dos aminoácidos faltantes:

Lisina y Triptófano (el frijol, por ejemplo). Pero también están los riquísimos insectos, el amaranto, los tubérculos como papa y camote, la calabaza y el jitomate, los aguacates y el pescado o el guajolote. ¿De qué no se pueden rellenar unos tamales o unas quesadillas ?



¿SE ENRIQUECIÓ LA COMIDA AZTECA CON LA DIETA HISPANA ?



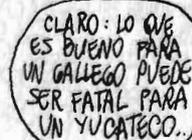
aparentemente sí, pero realmente no. La gran mayoría de los productos "importados" no eran del agrado de los nativos, ni su organismo los podía metabolizar. Es decir, la comida de los gachupines no se digería tan rápida y fácil como la que consumían desde hacía siglos los indios. De más está decir que la incorporación de la carne en la dieta nativa (casi vegetariana) se constituyó en un factor negativo para la nutrición, por su alto contenido de grasas y ácido úrico. Ya se sabe hoy, que las malas digestiones son la fuente del mal carácter del que gozaron los tragones españoles hasta la fecha. Y peor con la incorporación de la carne de puerco a nuestra dieta, que ha resultado un desastre por la larga lista de enfermedades que produce.



¿ comer sólo maíz y frijoles con chile, basta para nutrir a alguien ?

Según un estudio de la FAO que pescamos en la Santa Madre Internet, la dieta que llevan nuestros indios mesoamericanos contiene lo suficiente para bien nutrirse, PERO PUEDE MEJORARSE al añadirle otros elementos que la enriquezcan en cuanto a proteínas.

es decir, la muy prestigiada FAO (la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) está reconociendo que la dieta azteca era de lo más chingón para sus tiempos, y la más apropiada para los pueblos mesoamericanos.





Pero, dirán ustedes... ¿por qué entonces hay más de 50 millones de desnutridos en México?

La causa principal de la desnutrición crónica del pueblo mexicano ha sido la incorporación a nuestra mesa de lo que constituye la base de los alimentos-chatarra:

* EL AZÚCAR y

* LA HARINA BLANCA

"alimentos" que sustituyeron a la miel y a las tortillas. Más, el criminal uso de los refrescos para acompañar las comidas. Ya hemos dicho hasta el cansancio la pobreza nutricional de las sopas de pasta, del pan de dulce y las galletas, del arroz empobrecido que comemos, de las dificultades para aprovechar la leche. Todo eso y los productos chatarra nos está desnutriendo.

¡y peor con los pinches tortillas maseca!



¡Pues yo no me rebajo a comer unos tacos! mejor una hamburguesa!



la FAO está recomendando que se enriquezca la tortilla con soya, trigo...o amaranto. Y que se incorporen al maíz y los frijoles diversas verduras..tal como hacían (y hacen) los indios de nuestras comunidades.

¿y qué tal unos escamoles...?



La FAO (y nuestros h. científicos estudiosos de la alimentación), se están enterando con un poco de atraso de las realidades nuestras. Se agradece su interés y se toman en cuenta sus recomendaciones. PERO...



¿no sería mejor que le entraran al problema **CON MAYÚSCULAS** de la globalización de la alimentación **CHATARRA** que nos está dando en la madre..?

¡digo, por si lo quieren tomar en cuenta.



quienes duden de lo que estamos diciendo, se pueden documentar con la siguiente tabla...

VALORES NUTRITIVOS DE LA DIETA AZTECA

	Energía	Proteína	Calcio	Hierro	Tiamina	Riboflavina	Niacina	vitC	vitA
MAÍZ 300 gr	1074	25.2	33.0	4.5	1.44	0.30	5.7	450.
Amaranto 200	772	30.6	980.0	34.8	0.30	0.64	2.0	9
Frijol 100 gr.	343	22.7	134.0	7.1	0.47	0.15	2.1	1	0.008
Chile 50 gr	23	0.09	7.3	0.3	0.06	0.09	1.1	93	1620.0
Jitomate 50g	11	0.6	7.0	0.3	0.06	0.02	0.4	12	13.0
Calabaza 50 g	10	0.6	14.0	0.2	0.20	0.05	0.5	11	0.06
TOTALES	2243	80.6	1175.0	47.2	2.53	1.25	11.8	126	2086.0
requerimientos según la FAO	2200	45.0	800.0	10.0	2.53	1.80	20.0	45	1000.0

Fuente / Medicina, salud y nutrición azteca / B.ORTIZ DE MONTELLANO / f.c.e: 1993

esto, sin añadir otras fuentes de proteína que seguido añadían a la dieta : charales, escamoles, acociles, mosco axayacatl, alga espirulina o jumiles, todos RÍQUÍSIMOS en proteína, así como la carne de armadillo, guajolote, iguana, rana o chichicuilote, alimentos todos con muy altos valores nutritivos, superiores a la carne de res o de cerdo.

El desprecio infundado y lleno de prejuicios contra la cultura alimenticia del maíz y los frijoles (y su respectivo chile), tiende a desaparecer afortunadamente, aunque -desgraciadamente- cada vez se consume menos gracias a la comida chatarra...



..y a la cambiada que dan los indocumentados en el Norte..

Our fresh-baked biscuits make great breakfast sandwiches.

McDonald's

STORE ADDRESS HERE:

Si bien es cierto que las afamadas instituciones internacionales están reconociendo el alto valor nutritivo de las comidas nativas, da pesar y coraje que las instituciones oficiales - léase Seguro Social, ISSSTE, Educación Pública, Sra. de Salud, etc. - en México, ni las toman en cuenta. → ¿cómo ← Asómese a los hospitales y clínicas y asómese con lo que les dan de comer a los enfermos. O dése una vuelta a cualquier CENDI o Internado de la SEP donde les dan porquerías de Kellogs como desayuno a los chavitos de Jardín de Niños... → ¿o sabe usted lo que comen en el Instituto Nacional de la Nutrición? Pero en fin... yo le sigo con las tortillas y frijoles y chapulines... y los que se quieran seguir alimentando a la gtinga.. que con su pan (blanco) se lo coman..

Bibliografía

Diet for a new America
John Robbins
Stillpoint / 1987

El pan y otros males
Rius
Edit. Posada 1987

Comer puede ser
peligroso
Erwin Möller
Edit. Posada 1989

ENCICLOPEDIA COLUMBIA
DE NUTRICIÓN
Myron Winick, coord.
Grijalbo / 1994

GUÍA DE LAS
SUSTANCIAS
CONTAMINANTES
John Harte y otros
Grijalbo 1994

INTERNET

revistas
GUÍA DEL
CONSUMIDOR
y
NATURA
(ambas mexicanas ya
desaparecidas)

ICONOGRAFÍA:
archivo rius / microsoft publ.

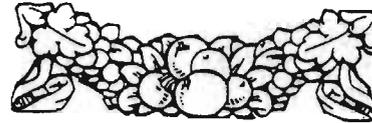


mis agradecimientos a Greenpeace por los datos proporcionados para la creación de este libro;
a Areli Carreón por el primer empujón;
a Erwin Möller por sus trabajos sobre el tema, y a la Santa Madre Internet por su invaluable información.





otros libros de
RIUS
relacionados con la
salud y la alimentación,
en esta misma editorial



**LA PANZA
ES PRIMERO**

**COMO DEJAR
DE COMER (mal)**

**LA COMIDA
VERDE**

**NO CONSULTE A
SU MÉDICO**

**LA MEDICINA
VERDE**

**LA DROGA QUE
REFRESCA**

**CÓMO SUICIDARSE
SIN MAESTRO**

**MARIHUANA,
COCAÍNA Y
OTROS VIAJES**



Eduardo del Río.

Nació en 1934 en Zamora, Michoacán. Se fue convirtiendo en Rius a partir de 1955, luego de que publicó sus primeros monos en la legendaria revista *Ja-já*. Revolucionó la historieta nacional con *Los supermachos* (1965) y *Los agachados* (1968). Su primer libro, *Cuba para principiantes*, vio la luz en 1966, creando con ello una original forma de comunicar información y conocimientos a través del humor, la caricatura, la historieta y el collage. *Obesidad al alcance de todos*, es el título de su más reciente libro.

LA BASURA QUE COMEMOS, explica Rius, "es un libro de denuncia enfilado contra los mercachifles de la industria alimenticia, que cada día que pasa nos envenenan más y más con sus avanzados productos, tanto con los alimentos industrializados de la comida rápida, como con las mil y un porquerías de la comida chatarra (tan del agrado de los niños). Y para completar el pésimo cuadro contamos con una 'novedad' en cuanto a la forma antinatural en que comemos: los alimentos transgénicos..."



ISBN 978-607-429-206-0



9 786074 292060