

15 ottobre 2007 0:00

Cibo degli angeli o cibo dei polli?

di Giuseppe Parisi

*Mangia sano e proteggi il tuo cuore
Aiuta a rinforzare le difese naturali
Bifidobatteri e Lattobacilli: i batteri amici
Rallenta l'invecchiamento cellulare
Migliora le funzioni intestinali
Addio a disturbi digestivi e stipsi*

Sara' per caso che, sempre di piu', troveremo tali frasi sulle confezioni dei nostri cibi al supermercato? Parecchi anni fa, a Bologna, insieme ad una mia vecchia amica bolognese, ci recammo ad uno show dal vivo, totalmente gratuito, alle porte del capoluogo, Casalecchio. Lo spettacolo era del comico Beppe Grillo. Non c'era moltissima gente, eravamo circa un centinaio, tutti in piedi, all'aperto. A quell'epoca, il suo famosissimo blog non esisteva nemmeno, ma esisteva un Grillo che, tra una battuta e l'altra, sviscerava fragorose risate e taglienti informazioni, del quale io medesimo restavo sorpreso per la sua delineatissima preparazione e formazione culturale, quasi impossibile per quello che era in effetti: un comico. Malgrado il suo dire e fare, con veloci "voli pindarici" riusciva a mantenere altissima la concentrazione della gente a cio' che raccontava, e questo era molto importante per far albergare nella memoria dei presenti ogni informazione che lui stesso desiderava e forniva. Incredibile era la sua preparazione culturale, in diversificati ambiti, tra i quali la nutrizione umana, quando asseriva che "ci facevamo trattare come polletti", facendoci crepare in ogni maniera, pagando il triplo del valore, soprattutto in termini di salute", e subito delineava con sobrieta', senza sprofondare nell'accademico, quale fosse tale porcheria di cui noi felicemente ce ne servivamo anche giornalmente.

Per me medico e nutrizionista, quel suo dire e fare suonava come un bel violino, e presumo che quel centinaio di persone che erano li' dovettero, come me e la mia amica, rimanere scioccate da quell'incalzare di battute commiste a precise informazioni, tutto quel contorno scenografico era il preludio del suo occuparsi successivo con gli spettacoli/informazione in giro per l'Italia, chiamati, e non a caso, "incantesimi", in fondo eravamo incantati tutti, davvero.

"comprate il sale iodato, magari in... farmacia, perche' fa bene alla tiroide?"

"il sale originale e naturale, quello grezzo marino, e' ricchissimo di jodio!"

"vi prendono per il c.."

"prima lo raffinano, togliendo ogni sostanza nutritiva elementare, cosi' diventa una porcheria che non serve a nulla, ma che vi vendono"

"poi , poi, gli sparano addosso lo jodio"

"ma che senso ha, se prima questo jodio era li, messoci dalla natura?"

"che senso ha?"

"il motivo?"

"creano il mercato alias porcherie, e ve lo vendono al prezzo che decidono loro"

"e' come se prendo una bottiglia di acqua, la demineralizzo -acqua distillata quindi- e poi ci sparo dentro qualche minerale disciolto, ma ve la vendo al quintuplo", andrebbe bene anche l'acqua che piove, tanto e' la distillata per antonomasia, in quanto, poi, ogni traccia dei suoi disciolti in traccia, minerali, li raccoglie lungo il suo percorso sottoterra", ma se il sottoterra non e' piu' come prima?

"non facciamo prenderci per il c.."

Il trucco delle sciagurate politiche delle catene industriali agro-alimentari, nate a ridosso del boom economico in Europa e gia' presenti oltreoceano ancor prima della seconda guerra mondiale, stavano per cambiare volto, sensibili e percettive alle esigenze del mercato. Questi, il mercato, non lo conoscevano, bensì lo creavano loro. , la creazione era business, ed il business era il business. Ad esempio, il nuovo mercato, era quello dei cibi raffinati. Tale procedura era sistematica, tanto grave che sviscerava in maniera lampante come le aziende fossero lontane dalle esigenze della salute delle persone.

Tutto cio' ha trovato, nella politica e nei media, forti complicita' a livello nazionale e sopranazionale. Il povero ignaro cittadino/consumatore, e' rimasto all'ombra di tutto, indifeso di fronte a diritti inalienabili, come quello della salute, individuale e collettiva.

Dagli Stati Uniti all'Europa, dagli anni '50 a tutt'oggi, la lista nera degli obbrobri agro-alimentari e' notevole, tanto da vanificarne una lettura tra i dettagli.

Ancor prima della ultima guerra mondiale, erano state le industrie americane a sfornare il "dado" di carne, che consisteva di un sistema di essiccazione, compressione, disidratazione e aggiunta di tutto di piu', compreso il non salutare "glutammato sodico". In Italia arrivo' a ridosso, tra gli anni '950 e '960, trovando il suo boom successivamente negli anni '970, rendendo felici tutte le mamme, che restavano convinte che quel brodo fosse stato uguale a quello al quale erano state abituate dalle loro medesime mamme.

Ecco che la macelleria, punto di vendita di lusso nel primissimo dopoguerra, volta dopo volta cambiava look, adattandosi e plasmandosi al re mercato. Ossa, scarti un tempo preziosi come le orecchie, l'occhio, la coda, la lingua, le zampe, gli intestini, le interiora, non si trovavano nemmeno a pagarle, le stesse vendute dapprima anche per la preparazione di un salutare e prezioso brodo di carne. Il pentolone con ossa e pezzi di tutto, stava diventando qualcosa di inesistente, come successivamente lo divenne.

Ma questo e' ancora nulla, in confronto a quanto fummo costretti, durante questi decenni.

E la complicita' di autorita', politica e media?

Ad esempio, ormai e' divenuto dominio scientifico, la cancerogeneita' dei "nitriti", sovente presenti nelle carni trattate, quali affettati o conservati industriali.

Consumarne un qualcosina piccola piccola ogni tanto, quale peccato di gola, e' comprensibile, lo diventa molto meno quando osserviamo intoccabili cattedratici universitari, invitati da quelle trasmissioni Rai, e non solo, sulla salute -che tanto costano al contribuente italiano- che invitano gli ascoltatori ad inserire nella dieta giornaliera 70 gr. o anche piu' di prosciutto o salame.

Meno male che a contrastare tale pervasa maldicenza non rimaniamo i soli, ed ai tanti medici bravi e coscienziosi si aggiunge anche la voce autorevolissima dell'oncologo piu' famoso del mondo, lui, convinto vegetariano, che mai mangerebbe carni, e ancor meno loro preparati (Umberto Veronesi).

Il sistema della raffinazione.

La raffinazione e' una tecnica ingenerosa per l'uomo, a tal punto che, ad esempio, la canna da zucchero dove sono presenti numerosissimi agenti minerali e sostanze traccia, devono essere eliminati, per ingannare il palato del consumatore.

Difatti, la raffinazione nacque, sostanzialmente, per rendere il cibo uniforme nel suo gusto, forma e colore.

Accontentano il palato e distruggono la salute.

Incredibilmente, uno dei punti di maggior forza della vendita degli anti-diabetici orali, quelli quindi usati per un diabete di tipo II (e' il classico diabete alimentare), sta nel consumo di zuccheri raffinati!

Se mangiassimo zuccheri non raffinati, come venderebbero antidiabetici orali?

Inoltre, i medici che si occupano del naturale lo sapevano gia', ed e' ormai divenuto dominio della comunita' scientifica, tanto che di recente e' stato pubblicato sul "British journal of medicine": aggiungere polvere di cannella nei preparati a base di zucchero, abbassa fortemente il potere diabetogeno degli stessi. Ma l'effetto della cannella non si limita solo a tanto... ci fermiamo qui, per non sconfinare.

La complicita' della politica e delle varie comunita' scientifiche, ha permesso anche di peggio. Si spendono milioni di euro per sfruttare nuove tecnologie -le famigerate biotecnologie- che nascono e si sviluppano dalla necessita' di correre solamente ai ripari.

Ogni tanto sentiamo la notizia che qualche "Cnr" (centro nazionale delle ricerche) ha messo a punto il carciofo probiotico, che rinforza le difese immunitarie. Tuttavia, la biotecnologia futuristica non potra' mai eguagliare la natura: chi potra' mai costruire in laboratorio l'essenza organolettica e biologica di un uovo di gallina? Chi il succo di uva, con quasi le sue 3 mila differenti sostanze disciolte?

E nessuno ci dice che, se dagli anni '50 in avanti la metodica del trattamento con le sostanze chimiche di sintesi nelle filiere agro-alimentari non fosse stata sistematica, oggi avremmo agri di produzione biologica, a prezzi normali, non proibitivi come in effetti sono. Altra ingiustizia ai danni del diritto alla salute.

Lo sapevano perfino i cinesi oltre 4 mila anni fa, che la "terra" cioe' l'agro, include e trattiene ogni nutrimento in simbiosi con l'uomo.

Ecco perche' ogni uomo dovrebbe mangiare soprattutto frutta e verdura di stagione e fresca, attinta alla latitudine ove vive.

Chi ancora crede che una terra concimata chimicamente possa mantenere le sue proprieta' biologiche, organolettiche, energetiche di una terra concimata con letame? Potrebbero cosi' frutta e verdura essere mai uguali nel loro equilibrio di principi naturali, minerali, sostanze traccia?

Oligoelementi, quindi coenzimi che come catalizzatori svolgono un lavoro profondo nel mantenimento della omeostasi biologica del nostro organismo garantendo una efficiente salute?

Chi vi dice, ad esempio, che l'agro chimico blocca il fluire di energia e non permette che il frutto abbia ogni sua naturale presenza di elementi nutritivi e in traccia? Che la sostanza chimica, in poche parole, la chimica di sintesi,

rompe il fluire di informazioni energetiche tra agro-frutto ed uomo? Che un frutto senza valore energetico non e' piu' frutto, non e' nemmeno natura, e' uno zombi?

Oggi, le produzioni delle filiere agro-alimentari sfornano frutta e verdura, prive di quegli elementi specifici che sono sostanze in traccia, che tanto servono al nostro organismo. Per avvicinarci un poco alla frutta e alla verdura "normale", dobbiamo acquistarla "biologica"... per favore, mi scriva chi se lo puo' permettere.

In ogni caso, tali sistematicita' non sono state presenti solo in Italia, ma hanno interessato in diversa misura tutto l'Occidente.

Oggi stanno interessando intensivamente soprattutto i Paesi cosiddetti in via di sviluppo, dove una chimica di sintesi delle peggiori e' attualmente usata nelle produzioni delle filiere agro-alimentari. C'e' un inquinamento profuso di terre ed acque, i fiumi di ogni Paese del sud-est asiatico sono veicoli di passaggio delle scorie delle varie industrie chimiche, forzatamente costruite a loro ridosso. Le tecniche industriali, che servivano per ingannare i nostri palati, si sono trasferite, ad esempio, in Asia, continente ove il riso (ottimo cereale) e' il piatto principale e ormai viene consumato brillato, quindi raffinato perche' di colore bianco. considerato piu' buono. Mangiare riso integrale, quindi di colore scuro, oltremodo e' divenuto un piatto da "poverelli", ed il riso dei poverelli e' dato, paradossalmente, ai carcerati, che cosi' si nutrono molto meglio dei poveri uomini liberi, e nessun ristorante ne e' pertanto fornito.

Ed il riso prodotto in Cina, si impone sui mercati asiatici, senza che ci possa essere una verifica e controllo di provenienza dei terreni di sua produzione.

Diversi anni or sono, in Europa, si mettevano in movimento nuovi meccanismi per la creazione di nuovi mercati di consumo, che proprio adesso stanno iniziando a divenire realta'. Dopo un periodo di sfruttamento con demolizione dei principi naturali assoluti, durato alcuni decenni, il mercato si e' orientato, e si sta orientando, sul naturale, inseguendo gusti e non esigenze, marketing e business, non certo la salute dei consumatori.

Medesimo ragionamento, adesso, con le iniziative sui "cibi funzionali", di cui parleremo la prossima volta.

La natura, nel suo equilibrio immutabile e perfetto, ci ha donato cibi naturali, veri cibi degli angeli. L'uomo, dopo, li ha trasformati in cibi per polli. E li ha dati in pasto a noi consumatori.