

## Veleni

L'apatia, la voglia di mangiare schifezze, di non fare niente tutto il giorno non sono normali. Non possiamo permetterci di credere che sia così. Non dopo quello che ci stanno facendo.



Me-Yan



### Osserva



### Discuti o scrivi

- Ti sei mai sentito stanco, apatico?
- Se dovessi trovarti isolato, senza possibilità di andare a comprare niente... cosa saresti in grado di fare da solo per sopravvivere?
- Di cosa pensi parlerà l'articolo?



## Leggi

Negli ultimi 50 anni si sono perse quasi tutte le conoscenze accumulate nel corso dei secoli e questo ci ha ridotti ad affidarci completamente al governo e alle multinazionali per qualsiasi cosa.

Abbiamo dimenticato come produrre il cibo, come purificare l'acqua, come cucire i vestiti, come curarsi, come mantenere le relazioni... tutto bene finché queste aziende lavorano per noi ma siamo sicuri che lo stiano facendo realmente? Che non mettano veleno ad azione lenta nel cibo, metalli nell'acqua, che non ci inducano a mode che servono a loro, che non ci diano medicinali per farci ammalare di più, che non vogliano separarci per sempre?

Dal "Fatto Quotidiano" del 30 luglio 2015

"Coca-Cola, 6 effetti in 60 minuti con una sola lattina. A svelarli un ex farmacista"

*Nel giro di un'ora all'organismo di chi ha bevuto una lattina della bevanda gasata, dopo i primi 10 minuti "sono stati assunti 10 cucchiaini di zucchero (il 100% della dose giornaliera raccomandata), l'unica cosa che vi impedisce di vomitare per l'eccessiva dolcezza è l'acido fosforico che altera il sapore della Coca-Cola, permettendovi di ingerirla".*

*Venti minuti più tardi "la quantità di zucchero nel vostro sangue è ai massimi e state producendo quanta più insulina possibile per farvi fronte, allo stesso tempo il vostro fegato risponde a questa situazione di emergenza trasformando tutto lo zucchero che può in grasso".*

*Passati quaranta minuti "tutta la caffeina è stata assorbita, le pupille si dilatano, la pressione del sangue sale e il fegato risponde pompando più zucchero nel sangue".*

*A questo punto dopo un'ora precisa ecco, secondo Naik, che "le proprietà diuretiche della caffeina iniziano a farsi sentire e sentite il bisogno di fare la pipì. In questo momento espellerete elementi importanti per le vostre ossa come calcio, magnesio e zinco, oltre a acqua ed elettroliti ancor prima che il vostro corpo potesse estrarre gli elementi indispensabili per idratarvi".*



## Leggi

La rivista Le Scienze, nell'ambito dell'Atlante Europeo dell'EuroGeoSurveys Geochemistry Expert Group, ha pubblicato nel 2010 un'indagine sulle acque in bottiglia, facendo analizzare alcune tra le principali marche Europee.

Dai risultati emerge che in tutte le acque in bottiglia vi è la presenza di numerose tracce di sostanze tossiche, come arsenico, uranio, bario, mercurio, alluminio, berillio e fluoro. Questi elementi, se assunti per un tempo prolungato, possono causare difficoltà respiratorie, malattie cardiovascolari, danni al sistema nervoso e altri numerosi problemi al nostro organismo.

Le aziende che imbottigliano acqua minerale non sono obbligate a dover riportare in etichetta i valori di queste sostanze e la legge ammette la presenza di 19 diversi elementi tossici all'interno dell'acqua in bottiglia. Oltre a questo, i limiti di contenuto per queste sostanze risultano essere più alti rispetto a quelli stabiliti per l'acqua del rubinetto e spesso risultano essere inesistenti. Per una sostanza notoriamente dannosa come l'uranio ad esempio, la legge non prevede alcun limite, mentre per il bario, una sostanza radioattiva, ammette una concentrazione massima di 10.000

milligrammi per litro.

E l'acqua di rubinetto?

*"Nella maggior parte dei casi, gli acquedotti comunali raccolgono l'acqua da pozzi di profondità, da falde acquifere o freatiche sotterranee la cui profondità varia da 3-4 metri a qualche centinaio di metri, e dai fiumi circostanti.*

*Appare subito evidente che, rispetto a molte acque minerali che vengono imbottigliate in alta montagna, l'acqua della falda di poca profondità o peggio ancora quella di fiume ha percorso centinaia di chilometri raccogliendo moltissime sostanze estranee, alcune delle quali tossiche.*

*Le sostanze maggiormente tossiche sono: l'arsenico (che può portare il cancro alla pelle), i nitrati (che derivano dai fertilizzanti azotati dell'agricoltura e che nel nostro organismo si trasformano in nitrosammine che sono cancerogene), i nitriti (che nel corpo si trasformano in nitrati), i solfati che con il sodio e il magnesio producono irritazioni gastrointestinali, il fluoro (che è cancerogeno), alcuni metalli pesanti come il piombo, il nichel, il mercurio e il cadmio, che producono danni gravissimi al sistema nervoso e portano alla sterilità maschile, i PCB che derivano dalla plastica e dalle vernici (e che distruggono il sistema immunitario), i composti organici alogenati (solventi, vernici e smalti) che sono cancerogeni e alterano il sistema nervoso, gli idrocarburi policiclici aromatici (asfalti, gomme, plastiche) che sono cancerogeni.*

*I processi di depurazione più usati per ripulire l'acqua sono a base di cloro, un potente disinfettante, e di filtri a carboni attivi, sistemi economici abbastanza efficienti, ma con controindicazioni per il cloro che sappiamo essere tossico. Le analisi di Trieste e Udine confermano che le acque sono potabili (almeno all'uscita dai serbatoi) ma contengono sostanze tossiche.*

*Complessivamente, l'acqua di Trieste è un po' meglio di quella di Udine, ma si tratta comunque di acque non sane per l'organismo per la presenza di queste sostanze tossiche."*

Devo continuare? Una volta credevo veramente che il governo cercasse di fare del proprio meglio per far funzionare le cose, o almeno di non fare troppi danni ma i fatti sono diversi. Possono dire che stanno facendo del loro meglio, possono dire che se ci sono problemi è per via della corruzione ma se guardiamo i FATTI la realtà è molto diversa. I metalli e le sostanze chimiche che ci vengono fatte assorbire da tutti i cibi e bibite che sono in mano alle multinazionali ci rendono apatici, sottomessi e deboli.

E mentre il governo e le multinazionali ci vengono contro per farci del male... noi non abbiamo più la capacità di fare niente da soli e siamo totalmente dipendenti da loro.

Questo non è successo per colpa della gente ma è la situazione in cui ci troviamo e ora più che mai è importante recuperare quello che abbiamo perso.



## **Scrivi**

- Cosa pensi di ciò che è descritto nell'articolo?
- Quali sono i cibi e le bevande in cui mettono più veleni e metalli secondo te?
- Dopo aver letto l'articolo pensi di cambiare qualcosa nella tua dieta?



## Test

- Cosa abbiamo dimenticato negli ultimi anni?
- Siamo sicuri che il governo ci stia proteggendo?
- Quali sono gli effetti della Coca-Cola nei primi 60 minuti? E successivamente?
- Che sostanze nocive troviamo nell'acqua in bottiglia?
- E in quella di rubinetto?
- Che effetti hanno tutti quei metalli?

## Bibliografia

- "Fatto Quotidiano" 30 luglio 2015.
- Le Scienze, EuroGeoSurveys Geochemistry Expert Group. 2010.