

5 niezdrowych uzależniających produktów

31 stycznia 2015

Ludzie, którzy pochłaniają całą paczkę chipsów lub ciasteczek za jednym zamachem (zwykle przed telewizorem) robią dokładnie to, po co produkt został zaprojektowany: aby uzależnić od pierwszego „gryza”. Oto niektóre pokarmy celowo zaprojektowane tak, aby „złapać” ciebie na zapach lub smak.

1. NAPOJE BEZALKOHOLOWE

Połowa Amerykanów pije napoje każdego dnia i wiele osób twierdzi, że są uzależnieni. To nie jest przypadek. Aby stworzyć Cherry Vanilla Dr Pepper, na przykład, technologowie żywności przetestowali 3904 „smaków” lub wersji „suchości”, „gumowatości” i „uwalniania wilgoci”, właściwe połączenie wiśni, wanilii i aromatu Dr Pepper i oczywiście barwniki.

Kofeina jest jednym z powodów, dlaczego ludzie się uzależniają od napojów bezalkoholowych. Ale są też inne „uzależniacze” jak widać na przykładzie Mountain Dew, prawdopodobnie najbardziej wciągającym z napoi bezalkoholowych. Podczas gdy Dew z pewnością zawiera dużo kofeiny, zawiera bąbelki tworzone przez kwasy fosforowy, cytrynowy, jabłkowy i winowy, które utrzymują się na powierzchni dzięki kontrowersyjnemu dodatkowi, znanemu jako BVO lub bromowany olej roślinny.

2. WĘDLINY

Niestety smak boczku, który kocha każdy tworzą składniki, których nikt nie kocha-azotyny. Azotyn sodu, który znajduje się w szynkach, pastrami, salami, hot dogach i kiełbaskach, hamuje bakterie, wydłuża trwałość i nadaje przyjemny smak i kolor. Ale, i to jest duże „ale”, w procesie gotowania azotyny łącząc się z innymi substancjami i tworzą substancje rakotwórcze. Czy wędliny nie mogą być produkowane bez

azotynów? Tak i nie. „Testy konsumenckie wędlin bez azotynów pokazały, że wędlina bez azotynów jest zbyt blada i nie smakuje jak bekon,” mówi jeden z postów na stronie internetowej. Strona internetowa Livestrong zgadza się, że azotyny „nadają wędlinie charakterystyczny smak dymu i różowy kolor”, ale sugeruje, żeby ludzie ograniczyli spożycie wędlin i zjedli sałatkę zamiast.

3. POPCORN Z KUCHENKI MIKROFALOWEJ

Niesamowity zapach masła z aromatyzujących chemikaliów, takich jak diacetyl i pentanodion uwalniane są poprzez proces podgrzewania. I nic dziwnego, że są pytania o ich bezpieczeństwo. Dwa lata temu, Wayne Watson otrzymał 7 000 000 dolarów, gdy pozwał producenta i sprzedawców detalicznych mikrofalowego popcornu, ponieważ spowodował u niego „popcornowe płuco” (zarostowe zapalenie oskrzelików) przez jedzenie dwóch torebek na dobę przez 10 lat. Zarostowe zapalenie oskrzelików często dotyka pracowników fabryk, narażonych na kontakt z dużymi stężeniami diacetylu, sztucznej substancji służącej do nadawania popcornowi maślanego smaku. Producenci również wykorzystują potencjalnie szkodliwą powłokę PFOA (kwas perfluorooktanowy) w torebkach popcornu. Poza tym, że jest to związek chemiczny bardzo trudny do wydalenia z organizmu, PFOA jest również określany jako „potencjalnie rakotwórczy dla ludzi”.

4. PRAŻONE, SŁONE PRZEKĄSKI

Zarówno jak od cukru ludzie mogą uzależnić się od soli. Ale jest jeszcze inny powód, dlaczego słone przekąski, takie jak chipsy ziemniaczane, frytki, a nawet nie słone prażone płatki śniadaniowe może być uzależniające. Produkty te zostały poddane „miliardom reakcji „, które powodują, że pieczone, smażone, prażona żywność ma atrakcyjny brązowy kolor i pyszny smak. Gotowanie pokarmów bogatych w węglowodany w bardzo wysokich temperaturach powoduje żółtą lub brązową powierzchnię, co zazwyczaj oznacza, że wytworzył się

akrylamid. Akrylamid jest rakotwórczym i potencjalnie niebezpiecznym związkiem chemicznym. Jest jeszcze coś, co sprawia, że pragniesz słonych przekąsek: są one zaprojektowane tak, aby mieć „znikające kalorie” czyli rozpuszczają się w ustach, pisze Michael Moss. „Jeśli coś topi się szybko, twój mózg myśli, że nie zawiera żadnych kalorii, więc możesz jeść w nieskończoność”.

5. WSZYSTKIE FAST FOODY

Fast Food, oczywiście, opiera się na pragnieniach i uzależnieniach. Osiemdziesiąt trzy procent ludzi, którzy jedzą poza domem, robią to ze względu na „zachcianki”.

Oczywiście, słodkiemu, słonemu i tłustemu jedzeniu trudno się oprzeć, zwłaszcza gdy jest ono wszechobecne, tanie, sprzedawane przez całą dobę i szybkie.

Tłumaczenie: Olga Ka

Źródło oryginalne: worldtruth.tv

Źródło polskie: [Wolna Polska](http://WolnaPolska)