

Jesteś tym co jesz?

7 marca 2015

Prawie wszyscy pamiętamy czasy transformacji systemowej, dużo się wtedy zmieniło ale czy na naszą korzyść? Półki sklepowe do tej pory puste zaczęły zapełniać się towarami w kolorowych opakowaniach, pierwsze reklamy w telewizji reklamowały mydełko Fa, a sosy Billy były dobre w każdej chwili. Od tej chwili już nic nie było jak dawniej.

Nasza droga do pełnego szczęścia zaczęła się od produktów typu Light. Wszędzie dookoła zaroiło się od margaryn light aż po wszelkiego rodzaju produkty, które nie powinny nigdy otrzymać takiego przydomka.

Czym są produkty light i czy aby są dla nas tak zdrowe?

Według rozporządzenia Parlamentu Europejskiego z 20 grudnia 2006r. za żywność light uważa się produkty w których wartość energetyczna została zmniejszona o przynajmniej 30% w porównaniu z oryginalnym produktem.

Środki spożywcze typu „light” otrzymuje poprzez:

- obniżenie zawartości tłuszczu w recepturze,
- zastąpienie cukru sztucznymi środkami słodzącymi,
- używanie mleka odtłuszczonego lub o obniżonej zawartości tłuszczu,
- zastąpienie w recepturze niektórych produktów tłuszczu wodą i różnego rodzaju zagęszczaczami (są to zazwyczaj emulgatory).

Najczęściej zastępowanym składnikiem bywa tłuszcz zobaczymy zatem co spożywamy w jego zastępstwie. Jako uzupełnienie tej substancji w produkcie, stosuje się związki skrobiowe oraz różnorakie zagęszczacze. W ich skład wchodzi skrobia modyfikowana, guma ksantanowa, mączka chleba świętojańskiego,

inulina. Większość nich nie jest trawiona w przewodzie pokarmowych, lub też ich wchłanianie jest znacznie ograniczone. Dlatego za ich pomocą można obniżyć dość znacznie wartość energetyczną danego środka spożywczego. Można je znaleźć w czekoladach i ciasteczkach, serach kanapkowych, margarynach oraz majonezach, jogurtach i śmietanach.

Zatem czy działanie producentów ma na celu ochronę naszego zdrowia i kondycji, czy też przyczyna jest prozaiczna- oszczędności na surowcach potrzebnych do wytworzenia produktu lub zamiana ich na tańsze odpowiedniki chemiczne? Musimy też zauważyć iż człowiek potrzebuje stałej ilości kalorii dziennie. Spożywając produkty Light musimy kupić większą ilość produktów żeby zaspokoić swój głód, czym narażamy się na większe wydatki finansowe. Z jednej strony więc producent oszczędza a my wydajemy więcej- prosta marketingowa pułapka stała się niewątpliwie pułapką w która wpada obecnie całe społeczeństwo.

Następnym coraz bardziej modnym oszustwem jest podawanie na produktach dopisków typu: Z domowej spiżarni, domowa receptura. staropolski, wiejska specjalność. Ilu z nas sugerowało się tymi dodatkami przy zakupie produktów spożywczych? Jak wynika z kontroli przeprowadzonej przez Inspekcję Handlową co trzecia partia towaru nie spełniała standardów opisanych na etykietach. W polskim prawie zakazane jest wprowadzanie konsumentów w błąd poprzez sugerowanie, iż kupują produkt bez konserwantów, gdy w rzeczywistości je zawiera. W trzecim kwartale 2014 roku Inspektorzy Inspekcji Handlowej w całej Polsce na zlecenie UOKiK sprawdzali jakość i oznakowanie produktów sprzedawanych jako domowe, tradycyjne, naturalne, bez konserwantów, wolne od GMO i im podobne. W 160 różnego rodzaju sklepach inspektorzy Inspekcji Handlowej skontrolowali 966 partii produktów. Zakwestionowano co trzecią, ogółem 300 partii – 31%.

Ze względu na wprowadzające w błąd oznakowanie zakwestionowano 233 partie towaru. Inspektorzy stwierdzili, że do produkcji

tw. domowych i staropolskich produktów użyto licznych substancji dodatkowych takich jak dodatki do żywności oznaczone symbolami E, wzmacniacze smaku, stabilizatory, przeciwutleniacze, które nie są stosowane w produkcji domowej i tradycyjnej.

Z najbardziej rażących przykładów oszustwa można wymienić Wędzonkę swojską, która zawierała dodatki substancji zagęszczającej E-407, skrobię modyfikowaną, maltodekstrynę, stabilizatory E-450, E-451, E-262, przeciwutleniacze E-316 i E-315 oraz błonnik bambusowy i białko sojowe. Maślanek z żelatyną i substancjami zagęszczającymi oraz smalec domowy wyprodukowany przy użyciu: białka sojowego, aromatów, wzmacniacza smaku E-621 i stabilizatorów E-450, E-451 i E-452.

Czy człowiek zmienił się jakoś w ciągu tych paru pierwszych lat transformacji czy też może uodpornił na substancje chemiczne? Nic takiego nie nastąpiło oprócz wzrostu chciwości przemysłu spożywczego. Wolny rynek dyktując nam nowe prawa biznesu dał ciche przyzwolenie na powolne zatrucie społeczeństwa coraz to bardziej urozmaicony sposób. Nie sposób obecnie kupić czegokolwiek co nie zawierałoby nienaturalnych dodatków. Wszyscy producenci żywności prześcigają się obecnie w wyszukiwaniu dozwolonych substancji, które by wydłużyły termin ważności i zmieniły skład produktu na tańszy z jak najmniejszą utratą walorów smakowych.

Ludzkie zdrowie dawniej jako wartość największa straciło w ostatnich czasach dużo na swojej wartości. Masowe zachorowania dzieci na różnego typu alergię i zwiększona zachorowalność na raka jest zaledwie początkiem konsekwencji które nam grożą w związku ze spożywaniem trującego pożywienia. Eskalacja przypadłości z tym związanych będzie widoczna dopiero w następnych pokoleniach, więc może już czas zastanowić się nad buntem i bojkotem najbardziej szkodliwych produktów. Pamiętajmy iż nasze dzieci mogą już nie być w stanie zawrócić z tej drogi, a to jaki im świat pozostawimy zależy wyłącznie

od nas samych.

Autorstwo: Monster

Źródło: [Humomundo](#)