

# Quello che mangiamo

11 Ottobre 2015

Da Comedonchisciotte del 10-10-2015 (N.d.d.)      Gli agenti lievitanti di sintesi contengono prodotti chimici il cui vero impatto nell'uomo è sconosciuto, dal momento che tutti mangiano cose diverse e che anche al variare di piccole quantità di elementi, si possono scatenare processi completamente diversi in individui diversi. Intendiamoci, qualsiasi cibo lievitato, anche il più naturale, ha una minima dose di nocività, ma gli agenti lievitanti di sintesi hanno, come si può immaginare, una percentuale di nocività di molto superiore. Secondo la legge, anche un cibo definito "biologico" può contenere agenti lievitanti di sintesi, il legislatore afferma che sono permessi solo quegli additivi il cui impatto sulle naturali funzioni dell'organismo sia minimo. Resta da capire perché mai, i consumatori di cibo non biologico, debbano per legge mangiare merda. Gli agenti contenenti fosfati sono sconsigliati nella preparazione di cibi destinati ai bambini, che risentono maggiormente del superamento della "dose giornaliera consigliata". Ovviamente ci sono delle soglie oltre le quali l'organismo supera la dose giornaliera. Come possiamo saperlo? Leggendolo sull'etichetta. Il produttore è obbligato a scrivere la dose di additivo aggiunto al prodotto in etichetta? Non sempre. Ad esempio, il sodio pirofosfato è indicato con la sigla E 450. Le quantità massime permesse variano, a seconda del prodotto, da 0,5 g a 20 grammi per chilo. Sta al produttore decidere la quantità e non c'è l'obbligo di riportarlo in etichetta. Anche i cibi così detti "vegani" sono talvolta prodotti industrialmente e in questi cibi sono presenti additivi dalle discusse proprietà, come il propionato di calcio (E282) per la preparazione di dolci, pane e brioche vegane, additivo che la ricercatrice australiana Sue Dengate, ha indicato come molto nocivo per i bambini. Il nostro corpo si accorge del sovradosaggio degli additivi lievitanti presenti nei prodotti industriali (merendine, brioche dei bar, grissini e cracker, pasticcini, pizze e pizzette, pane)? In linea di massima sì, innanzitutto il sovradosaggio altera il gusto degli alimenti e provoca problemi di digestione, va però notato che le bustine di lievito in commercio, a uso casalingo, oltre ad essere spesso addizionate di aromi come la vaniglia, hanno anche al loro interno una sostanza basica che permette di limitare gli effetti negativi del sovradosaggio. E se non si fanno riguardi di aggiungere additivi agli additivi per superare la tua imbranataggine famigliare, vuoi che abbiano paura ad aggiungere additivi agli additivi ai prodotti industriali, che se sbagli le dosi devi buttare via il guadagno? Gli additivi servono a mantenere inalterati colori e gusti dei prodotti al variare delle condizioni di temperatura, umidità e pressione. Per questo una merendina ha lo stesso identico gusto di tutte le altre merendine della sua partita, anche se prende una strada diversa e, di solito, le merendine con la stessa etichetta hanno lo stesso identico gusto anche se prodotte in nazioni diverse. Il gusto non è dato dal cibo, ma dalle decine di sostanze chimiche aggiunte per stabilizzare il prodotto secondo gli standard imposti dai produttori. In poche parole, sarebbe come se esistesse uno spray che permette alle mele marce di avere odore, sapore e colore identico a quelli delle mele buone. Tu mangi la mela marcia ma non te ne accorgi. Peggio dei lievitanti sono i coloranti, l'eritrosina (E 127), un colorante di sintesi contenente iodio, che sulle cavie induce, oltre una determinata dose, tireotossicosi e tumori della tiroide, è impiegato per colorare le ciliegie da cocktail e quelle candite. L'unico scopo di questa sostanza tossica è evitare che le ciliegie da cocktail sbiadiscano! Secondo l'EFSA (l'Autorità europea per la sicurezza alimentare) l'alluminio è talmente tossico che basta ingerirne qualche millesimo di grammo alla settimana per danneggiare la salute, ebbene l'alluminio è utilizzato come additivo alimentare per colorare e laccare i prodotti zuccherini che servono a decorare torte e pasticcini. Come potete notare, quando mangiate dolci, gli zuccheri sono una passeggiata rispetto al resto! Mangiare frutta fuori stagione è pericoloso. Prendiamo l'uva, quella che chiamiamo fresca, che compriamo dal fruttivendolo, ebbene, se la compriamo d'inverno è bene che sappiamo che è permesso trattarla con i conservanti ad attività antifungina che fanno capo all'anidride solforosa (con sigle da E 220 a E 228). I crostacei, non soltanto surgelati, ma anche freschi possono essere trattati legalmente con il 4-esilresorcinolo (E 586). Poiché quest'additivo è dotato di una certa tossicità, la stessa Autorità che ha dato parere favorevole al suo impiego dice che c'è il rischio che le persone che consumano crostacei frequentemente e in abbondanza possano ingerirne una quantità che supera la soglia di sicurezza! Non so se mi spiego: il legislatore dice che sì, puoi mangiare quella roba, ma ha il sospetto che per te siano cazzi amari. Mi sembra evidente che al Ministero della Salute, della tua salute non frega un cazzo, quel Ministero non serve a mantenerti in salute, ma serve a favorire il commercio delle sostanze chimiche che riparano i danni causati da altre sostanze chimiche permesse da quello stesso Ministero. Cosa voglio dire? Voglio dire che bisognerebbe smettere di chiamare cibo il cibo industriale. Laddove per industriale s'intende una tecnica che permette di trattare anche il cibo fresco, col beneplacito della politica. Si tratta di merce il cui unico scopo è quello di produrre un ricavo economico. Il nutrimento è un'altra cosa. Molti di voi diranno: ma io non abito in campagna, non ho un orto, non produco cibo. Al massimo posso comprarmi una macchina per fare il pane, una macchina per fare i succhi di frutta, una macchina per trattare il cibo, ma, a parte il fatto che sono macchine dal costo esorbitante, alla fine devo comunque andare nei negozi a comprare quel cibo che poi posso, se trovo il tempo, lavorare. E se persino chi vive in campagna corre il rischio quotidiano di intossicarsi col cibo che è costretto a comprare, perché nessuno produce TUTTO quello che mangia, figuriamoci io che vivo in città. Io non so cosa rispondervi, se non che siamo prigionieri di una gabbia che abbiamo contribuito a costruire, alla quale ogni giorno aggiungiamo sbarre: credendo alla bugia del lavoro, alimentandola a nostra volta, credendo a chi ci dice che il nostro scopo nella vita è guadagnare numeri virtuali che ci permettono, grazie alla nostra prodigiosa immaginazione, di convincere altri umani a cederci oggetti in cambio di un po' di quei numeri, che non sappiamo nemmeno definire esattamente, che nella realtà non esistono nemmeno. E questo sistema ha fatto sì che per produrre quegli oggetti servono

strumenti e persone che si acquistano con altri numeri. E tutto questo è solo un enorme spostamento di numeri, raramente un venditore di cibo si chiede quante persone ha nutrito, legge solo i numeri a fine giornata, così come facciamo noi tutti col nostro lavoro, che era nato per uno scopo che abbiamo via via dimenticato. Alla fine, se è necessario intossicare un po' tutte le persone a cui vende il proprio cibo per ottenere più numeri, il produttore di cibo non si farà problemi a intossicare tutti un po', e un po' di più ogni giorno, chiedendo al legislatore più elasticità, chiedendo il permesso di avvelenare le persone ogni giorno un po' di più. E questo perché al produttore vengono richiesti un sacco di numeri virtuali per produrre cibo più sano e dovrà vendere molto più cibo e per poterlo fare dovrà cedere i suoi numeri a persone che servono a certificare che il suo cibo è più sano. E cedere altri numeri ad altre persone che servono a diffondere l'immagine del suo cibo, e tutti questi numeri saranno sottratti al cibo. E quelli che lavorano per lui, accetteranno di contribuire all'intossicazione generale dei cibi che, dopo averli prodotti, loro stessi comprano, perché anche loro hanno bisogno di un po' di numeri virtuali. E anche il legislatore è portato a dimenticare lo scopo per cui lavora, per avere qualche numero virtuale in più. E ogni volta che un produttore di medicine trova il rimedio per digerire meglio, per riprendersi dalle intossicazioni, il produttore di cibo sa che potrà alzare ancora un po' l'asticella. Siamo la società più opulenta della storia, buttiamo via ogni giorno tonnellate di cibo ancora mangiabile, scartiamo frutta e ortaggi che non hanno la forma standard delle foto pubblicitarie. Eppure non siamo in grado di produrre cibo non avvelenato. Quei numeri virtuali sembrano averci intossicato il cervello e non ci rendiamo conto che stiamo segando un ramo della pianta, ma siamo seduti proprio su quel ramo. Non c'è un modo, adesso, di uscire da questa trappola, bisogna cominciare, piano piano, a capire il significato di ciò che facciamo e poi ad agire di conseguenza, con piccole variazioni, cercando piccoli equilibri, cercando meno numeri e più tempo, modificando le regole di quella cosa che chiamano lavoro. Se cercassimo di capire cosa ci serve veramente, scopriremmo che stiamo producendo montagne di merci inutili che ci stanno circondando, scopriremmo che perdiamo un sacco di tempo a inseguire desideri che provengono da un manuale per schiavi, che proviamo desideri non nostri. È così breve il tempo che passeremo su questo pianeta, è così breve il tempo che abbiamo per stare con gli altri, che non ha proprio senso costruire un mondo di nemici, di guerre collettive e personali. Chi esalta il lavoro, di solito ama il profitto che immagina gli proverrà da quel lavoro, ha il terrore di ammettere di avere perso molto tempo a inseguire un'immagine virtuale e non vuole cambiare le proprie abitudini di pensiero. Questo non lo vuole nessuno, ma bisogna arrivare a farlo. Diversamente, saremo in guerra con noi stessi e non saremo più in grado di percepire l'autointossicazione che stiamo attuando sulla nostra persona, e questo perché negli anni, abbiamo aggiunto additivi mentali e rimedi agli scompensi, che ci impediscono di riconoscere il sapore del veleno che produciamo.

Natalino Balasso