

## O mal do açúcar

Bem, aqui quem vos fala é simplesmente um cidadão que recebeu um tapa na cara ao ler um livro sobre o nosso tão querido AÇUCAR - "Sem Açúcar Com Afeto" / Sônia Hirsch.

O açúcar é uma coisa tão refinada que vai direto para o sangue e causa uma série de alterações físicas e mentais no consumidor. O açúcar dá uma certa bobeira mental, cientificamente explicada pelo encontro da insulina com um aminoácido chamado triptofano que é rapidamente convertido no cérebro em serotonina, um tranqüilizante natural. "Madame está nervosa? Dá água com açúcar pra ela que passa." Ou não é?

Na Índia, alguns séculos antes de Cristo, os médicos usavam o açúcar como remédio. Foi só ali perto do ano 600 que os Persas bolaram a rapadura, daí começou o tráfico. Na Europa não tinha açúcar, era importado e custava muito caro e só os nobres podiam comprar: "Nada de drogas para os pobres".

Em 1532 Martin Afonso de Souza instalou em São Vicente o primeiro engenho de açúcar no Brasil, movido a escravos, é claro; "só 20 milhões de africanos dançaram nessa empreitada". Em 1665 a Inglaterra já importava 8 milhões de kilos por ano. Nesse mesmo ano a peste bubônica matou 30.000 pessoas em Londres, pessoas que tinham acesso ao açúcar, porque no campo, entre os pobres ninguém morreu.

Será que ninguém desconfiou da relação da nova doença e o espantoso consumo de açúcar? Já que o açúcar predispõe o corpo a infecções por causa da acidez exagerada que ele provoca. Desconfiaram, mas ficaram calados pois seria um crime de lesa-majestade insinuar que a Coroa enriquecia as custas de um vício pernicioso. E ai ficou por isso mesmo e está assim até hoje.

**É UMA VERGONHA, QUE ATUALMENTE AS AUTORIDADES DE SAÚDE PERMITAM ISSO !!!**

Por volta de 1600, as autoridades inglesas sabendo que o açúcar boa coisa não era, proibiram severamente o uso do açúcar para apressar a fermentação de cerveja, É CLARO, ELES A BEBIAM !!!

EM 1792 os melhores cientistas da Europa fundaram uma sociedade anti-sacarina. Em 1912 o DR. Robert Boesler, dentista norte americano escrevia que "...a moderna fabricação do açúcar nos trouxe doenças inteiramente novas".

O açúcar comercial nada mais é do que um ácido cristalizado. No passado, com seu alto preço só uma minoria nobre podia utilizá-lo, contudo, agora o seu altíssimo consumo está causando a degeneração nos seres humanos e até em animais. Por exemplo: beija-flores que utilizam bebedouros de água com açúcar.

Mas... e o açúcar mascavo orgânico, ou o mel, também fazem mal??? Sim claro! Um exemplo bem simples, que nos permite entender a razão: Um certo dia, andando pela mata, uma pessoa descobriu a cana-de-açúcar "Nossa, que delícia!!! " e levou para sua casa. Bom, o mano conseguiu chupar 3 pedaços de cana em meia hora e ficou com a boca cansada. Ele devia ter ingerido aproximadamente 350 ml de um líquido contendo: água, sacarose, sais minerais, vitaminas, fibras etc... Beleza, ele conseguiu digerir numa boa. Seu pâncreas nem reclamou.

E agora, todo mundo "chupa cana ?" Passado algum tempo, eis que: " Pô mano, chupar cana num é mole não...num dá pra espremer o bagaço?" E deu ... inventaram a garapa. QUE MARAVILHA !!! Opa! ..."pêra" aí, ...mas já era tarde, o mano começou a tomar garapa que nem água - 500 ml a 1 litro em 10 minutos.

Aí o Sr. Pâncreas começou a reclamar porque estava fazendo horas extras todos os dias e insulina no mano ! Um certo dia, alguém resolveu ferver a garapa, e saiu o melado de cana, muito mais concentrado: 10 litros de garapa virou um copo de melado. "Que delícia! Vamos fazer um bolo ou vai puro mesmo!" E aí o mano virou o copo pra dentro.

Imaginando a proporção: 10 litros de garapa dentro de um copo ingeridos em 10 minutos. É gente..., o pâncreas que se cuide! Para agravar a situação, os Persas

bolaram a rapadura, ainda mais concentrada, e logo após as benditas refinações. Aí "ferrou o jegue"

Surge então uma doença nova e mortal: a DIABETES MELLITUS que fazia as pessoas eliminarem açúcar pela urina, ou seja, vazarem pelo ladrão. Inicia-se a era das novas doenças "a degeneração da raça humana" causada pelo mau uso do açúcar, que causa um STRESS absurdo no organismo e o pâncreas para de produzir insulina.

Não bastando ainda, causa defeitos genéticos. Por exemplo: hoje, a cada 5 crianças que nascem uma será diabética. Quando você decidir ter um filho, junte mais 4 casais e joguem palitinho para sortear qual terá o filho diabético. Hoje existem 6,5 milhões de diabéticos no Brasil. Morrem 300.000 por ano nos EUA.

Portanto não importa se é açúcar orgânico, mascavo ou mel o problema é a super concentração de açúcar; que quando ingerida, vai depressa demais para a corrente sanguínea, queimando todas as etapas da digestão, fazendo subir o nível da glicose no sangue, aí o pâncreas é obrigado a produzir uma quantidade extra de insulina. A insulina vai lá e abaixa o nível, aí da vontade de comer mais açúcar. Sobee o nível e o pâncreas solta insulina, abaixa o nível...E assim por diante, até chegar uma hora que o pâncreas não entende mais nada.

Você come um bombom seu pâncreas solta insulina para caixa inteira; é a HIPOGLICEMIA. Entre jovens adultos, três a cada cinco tem a doença – estágio pré-diabético.

SERÁ VOCÊ O PRÓXIMO ? Como se não bastasse tanto malefício, a acidez causada pela ingestão concentrada de açúcar predispõe o corpo à infecções (como a conjuntivite) e também à vírus e bactérias. Se você acha isso que leu agora uma questão de opinião, então continue como está! .... Ou então pare enquanto ainda é tempo, por amor à Si PRÓPRIO, à Deus e à Natureza!

MAS NÃO PARE POR AQUI !!!! Informe-se, discuta, reflita, passe para frente, descubra soluções, alternativas, pesquise! Afinal fomos "viciados" a centenas de anos, por pessoas inocentes que só queriam dar um gostinho mais doce para aquela

vida tão amarga e preconceituosa dos nossos antepassados, que no final, por ganância e falta de escrúpulos de uma minoria, nos foram omitida a verdade sobre tão doce e perigosa droga".

Mas hoje, basta de omissão ! Queremos tudo em pratos limpos, sem demagogias, nossas crianças não podem viver assim !!! Não podem nascer assim!!! Precisamos de clareza no cérebro e não de serotonina!

*Paulo Gibiologica*