

ASPARTAME : ATTENTION DANGER !

Un chapitre de "la diététique du tao " est consacré au sucre (blanc), sa consommation excessive et ses conséquences pernicieuses sur notre santé. Beaucoup de gens, conscient de ses méfaits, consomme alors nombre de produits allégés, étiquetés "sans sucre" et contenant de l'aspartame. Hélas, il semble que le remède soit bien pire que le mal et des voix de plus en plus nombreuses tirent la sonnette d'alarme quant aux effets devastateurs de cette molécule chimique (en fait un neurotoxique puissant !).

Nous vous invitons pour en savoir plus à consulter les liens en bas de page et ne pas hésiter à témoigner et demander de l'information à l'adresse : missionpossible.france@wanadoo.fr

Il y en a partout !

Mais qu'est ce que l'aspartame ? Pour la plupart des gens, c'est tout simplement un édulcorant de synthèse pour remplacer le sucre, que des millions de femmes en surpoids et de diabétiques utilisent dans le monde entier sous forme de poudre ou de sucrettes, il est inutile de vous en citer des marques car vous les connaissez toutes ! Seulement voilà : il n'y en a pas que dans ses fameuses sucrettes ! L'aspartame est aussi présent **dans plus de 5 000 produits alimentaires ou pharmaceutiques**, dans 90 pays au monde et ce depuis plus de 25 ans... Des millions de Français en consomment tous les jours (adultes et enfants confondus), il y a même au moins une maternité en France où l'on a fait prendre des suppléments de calcium à l'aspartame aux nouvelles mamans afin de favoriser la montée de lait et depuis au moins 25 ans ! Au total, il y aurait au moins 250 millions de personnes dans le monde qui consommeraient chaque jour des produits à l'aspartame ! Et cet édulcorant rapporterait aux industriels mondiaux plus d'un milliard de dollars par an !

Je vous entends déjà me dire : " *Mais vous n'y pensez pas ! Si c'est marqué sur les étiquettes, c'est que cela a été testé et autorisé par les autorités, c'est donc sans danger, sinon on le saurait ! Regardez ce qu'il y a marqué sur le dos de mon paquet de chewing-gums sans sucres :*

'En complément du brossage, l'Union française pour la santé bucco-dentaire recommande ce chewing-gum sans sucre, qui participe efficacement à la santé bucco-dentaire', alors quel est le problème ? "

J'aurais bien envie de vous répondre : " *Et si on vous avait menti ? "*

En fait, selon des experts indépendants, l'aspartame est un véritable poison ! Seulement voilà, alors que l'on en parle publiquement depuis plus de vingt ans aux

Etats-Unis, le public français lui, a été gardé dans l'ignorance la plus totale depuis 1974. De ce fait, avec certains autres pays d'Europe, nous représentons aujourd'hui les plus gros consommateurs de produits à l'aspartame au monde !

De la triste famille des excitotoxines

Comme je le fais souvent remarquer aux personnes que je rencontre, lorsqu'elles font le plein de leur voiture, elles font bien attention au type d'essence qu'il faut mettre dans le réservoir, sinon la voiture aura des problèmes. Pour ce qui est de la nourriture, ces mêmes personnes ne prennent même pas la peine de lire la liste des ingrédients sur les emballages et, sans méfiance, elles remplissent leur estomac d'un cocktail de produits chimiques en toute ignorance, même la voiture n'en voudrait pas ! L'aspartame est un de ces produits chimiques les plus toxiques pour la santé !

L'aspartame (E 951) fait partie de la triste famille des excitotoxines, tout comme le glutamate monosodique (E 621 ou GMS), cousin chimique de l'aspartame largement utilisé depuis au moins 1948 qui lui, est un " poison caméléon " qui se cache sous divers noms tels que : arômes artificiels et parfois naturels, certaines épices, extrait de levure, huile végétale hydrogénée, extrait de protéines de soja, souvent utilisé comme exhausteur de goût dans des chips, des soupes en sachets, des sauces, des plats préparés, de nombreux aliments surgelés et de régime, des bâtonnets de " crabe "... (voir article sur les excitotoxines en page xx). Ces excitotoxines sont neurotoxiques, c'est-à-dire qu'elles ont la triste capacité de détruire rapidement les neurones de notre cerveau (voir dessin) en les excitant jusqu'à ce qu'ils explosent comme l'a expliqué l'éminent neurochirurgien et nutritionniste américain, le Dr Russell Blaylock dans son livre : " Excitotoxins, The Taste that Kills " en 1994 (" Excitotoxines : le goût qui tue "), livre sur l'aspartame et le GMS qui sera peut-être bientôt traduit en français). Mais comme cela se fait peu à peu, au fur et à mesure de notre consommation de produits édulcorés à l'aspartame (boissons, sodas, jus d'orange, yaourts en pots ou encore à boire, gommes à mâcher, sucettes, bonbons divers, édulcorants de table, certains chocolats, produits de régimes, certaines confitures, céréales, suppléments de vitamines, des centaines de médicaments, au total plus de 5 000 produits dont la liste est impossible à faire...), on ne s'en rend pas compte tout de suite car ce véritable poison s'accumule dans notre organisme à notre insu, détruisant notre système immunitaire (au bout de deux heures !) et endommageant notre ADN sur son passage... Ah ! Si on nous l'avait dit !

Mais en réalité, il y a 92 effets secondaires officiellement reconnus depuis 1995 par la FDA aux Etats-Unis. En France, à part un risque de diarrhées, tout va bien ! Un peu comme un " certain nuage " de Tchernobyl qui ne serait pas passé au-dessus de notre beau pays...

Certaines personnes assez sensibles ont de la chance et souffrent très rapidement (dans les minutes ou les heures qui suivent) de maux de tête ou de nausées, après avoir consommé un seul produit contenant de l'aspartame, et comme elles sont à l'écoute de leur corps, elles en déduisent que ces produits ne sont pas bons pour

elles. Alors elles savent les éviter. Par contre d'autres personnes, elles, deviennent très rapidement dépendantes de ces produits en pensant éviter les calories et " faire attention à leur ligne " ou au bien-être de leur enfants...

Ces mêmes personnes vont voir leur santé se dégrader plus ou moins rapidement et souffrir d'un ou de plusieurs des nombreux effets secondaires, tout en ignorant complètement que c'est l'aspartame qui est à l'origine de leurs problèmes. Elles iront donc consulter leur médecin ou parfois même leur psychiatre qui, comme elles, n'étant pas forcément au courant de la toxicité de l'aspartame, va prescrire des médicaments qui eux aussi contiennent souvent le même poison... L'effet " boule de neige " commence alors, car l'aspartame interagit avec ces médicaments et les personnes peuvent parfois en mourir après quelques semaines ou quelques années !

Quelques-uns des 92 effets secondaires

Avant de voir de quoi est fait l'aspartame, voyons quelques-uns des 92 symptômes :

maux de tête, insomnies, fatigue chronique, cernes grises sous les yeux, baisse et troubles de la vue, réactions cutanées plus ou moins graves, rougeurs au visage, démangeaisons, prise de poids, dépression, chute plus ou moins importante des cheveux, faim et soif excessives, douleurs abdominales, ballonnements, diarrhées, douleurs articulaires, crampes, insomnies, pertes de mémoire, saignements de nez, vertiges, forte sensibilité aux bruits, sensation d'avoir froid même en plein été, problèmes menstruels, impuissance, problèmes sexuels, hyperventilation, attaques et convulsions, épilepsie, nausées, vomissements, hypo et hyperglycémies, baisse de l'intelligence, douleurs dans la poitrine, problèmes de thyroïde, tremblements, douleurs en avalant ou aussi en urinant, sensibilité aux infections, hypertension, asthme... Mais aussi troubles de la personnalité comme : soudaines crises d'agressivité parfois avec violences physiques, paranoïa, agoraphobie, phobies, paniques, sensations de " déjà vu ", irritabilité, crises de démence, altération du caractère, difficulté de concentration, confusion, hyperactivité..

Et, plus grave, *cancer du cerveau, rupture d'anévrisme, problèmes cardiaques, attaques d'apoplexie*, et même mort ! De plus, l'aspartame provoque des symptômes semblables aux maladies suivantes ou les aggrave : *fibromyalgie, arthrite, sclérose en plaques, maladie de Parkinson, lupus, diabète et complications diabétiques, épilepsie, maladie d'Alzheimer, lymphome, malformations congénitales, syndrome de fatigue chronique.*