

Glutamate E621

Cette additif Alimentaire qui vous empoisonne

Se trouve partout dans l'alimentation industrielle, plus de 9000 produits: **Arômes artificiels et naturels**, utilisé comme **exhausteur de goût** (pouvoir salant), tous les produits Maggi, les produits en conserve, boîte, sachet, le fameux « **bouillon en cube** », , tous les plats préparés et industriels incluant cantines et traiteurs, les produits apéritifs, les médocs, certaines épices, extrait de levure, huile végétale hydrogénée, extrait de protéines (de soja), toutes la bouffe asiatique, etc... **La liste est interminable!**

Histoire: L'acide glutamique à l'origine est un produit naturel découvert vers 1900, il est à l'origine de la cinquième saveur (japonaise): « **Umami** ». Très présente, surtout dans les aliments à forts taux de protéines, comme dans le Parmesan et les fromages et autres produits fermentés tel Sauce de Soja (sous forme naturelle). Ces aliments souvent utilisés pour leurs propriétés gustatives ont des taux élevés de glutamate naturel et comme le sel, ils relèvent le goût (exemple des pâtes sans sel et sans fromage, c'est dégueu!).

1910 : Début de l'utilisation de cet exhausteur de goût dans les aliments industriels.

1954-1969 : Une des premières études réalisée sur les Effets du GSM sur le système nerveux: le GSM endommage la rétine et détruit aussi des parties vitales du cerveau comme les neurones; il est ainsi créé le terme: "**EXCITOTOXINES**".

1957 : Avant, le GSM était extrait de protéines (surtout des Algues), depuis il est généralement produit par des bactéries OGM.

1970 : Le GSM fut donc interdit dans les aliments pour bébés.

1972 : première description du "Syndrome du restaurant chinois".

La société japonaise **Ajinomoto** en est le premier producteur mondial, ils le sont aussi pour l'Aspartame.

Composition: Acide Glutamique et Sodium plus des impuretés. C'est une **excitotoxines** et donc affecte fortement le cerveau.

Effets: Il peut être aussi toxique à long terme, tout particulièrement pour le système nerveux (observez donc les enfants à l'apéro après environ 10 mins de la consommation de produits GSM) maux de tête, nausées, courbatures, vertiges, énervement, pleures, troubles du comportement, douleurs oculaires, crise d'asthme, salivation abondante, bave au réveil, obésité, diabète, problèmes de peau, douleurs articulaires, trouble de l'appétit (envie constante de manger), confusion mentale, **très forte addiction**. Co-facteur pour Parkinson, d'Alzheimer, Sclérose en plaque, Fibromyalgie et plus.

Comment les éviter: Lire les étiquettes, chercher Glutamate et E621 et tous les E 620 à 633. Le Marketing est plein de techniques pour contourner le peu de règles sanitaires en place, ainsi que d'inventer de nouveaux mots.

Source: Les vidéos de Corinne Gouget et sa chaîne youtube, le documentaire "**Poudres et potions de l'industrie alimentaire**".

Voir: santeholistique.wordpress.com