

Newsletter



Avril 2014

NOM DE CODE : **E 951**

CARACTERISTIQUE : **DANGEREUX !!!**

L'aspartame est présent dans des milliers de produits alimentaires ou pharmaceutiques dans près d'une centaine de pays dans le monde. Il s'agit de l'additif le plus controversé du siècle et le plus meurtrier !

A part les milliards qu'a rapporté (et qu'il rapporte Encore !) cet édulcorant de synthèse (nommé parfois « exhausteur de goût » sur certaines étiquettes), il peut provoquer jusqu'à plus de 90 effets secondaires officiellement reconnus par la FDA (agence de sécurité sanitaire) aux Etats-Unis.

L'aspartame, comme toutes les excitotoxines, est neurotoxique : il a la triste capacité de détruire rapidement les neurones de notre cerveau.

Un peu d'histoire :

1965 : L'aspartame est découvert par accident par un chimiste américain de la société SEARLE qui tente de créer un nouveau médicament pour soigner les ulcères. Cette molécule a un pouvoir sucrant 200 fois supérieur au sucre tout en étant très faible en calories.

Dès 1973, des chercheurs américains indépendants démontrent que l'aspartame détruit le système nerveux et est hautement cancérigène.

1974, la FDA émet des doutes sur l'innocuité de l'aspartame.

1979, sa commercialisation est suspendue après la découverte d'un effet carcinogène.

1981, Donald Rumsfeld, président de la société SEARL intègre le gouvernement. Il fait alors nommer un nouveau président à la tête de la FDA, l'aspartame retrouve le chemin des supermarchés et le succès qu'on lui connaît jusqu'à aujourd'hui... en dépit de votre santé.

1985 : Monsanto, le célèbre producteur d'hormones bovines, d'OGM et de pesticides, achète SEARL pour 2,7 milliards de dollars. Par la suite, l'aspartame est utilisé dans de plus en plus de produits, malgré les milliers de plaintes des consommateurs américains, les rapports se succèdent mais l'aspartame est toujours là...

L'aspartame, un des produits chimiques les plus toxiques pour la santé, rapporterait aux industriels mondiaux plus d'un milliard de dollars par an !

La consommation excessive de sucre blanc a des conséquences pernicieuses sur notre santé. L'excès de sucre est responsable d'un nombre incalculable de problème de santé dans notre société dite « moderne ». Nous consommons en moyenne 10 à 20 fois plus de sucre que ce qu'il nous serait nécessaire. Beaucoup de gens, conscients de ses méfaits ou voulant perdre du poids... consomment alors des produits allégés, étiquetés « sans sucre » mais contenant de l'aspartame. C'est aussi parfois malheureusement sur un conseil de leur médecin généraliste, nutritionniste ou même pédiatre que beaucoup choisissent les produits dit « sans sucre », « allégés », « 0% » ou « light ». Or la molécule chimique de l'aspartame qu'ils contiennent est encore bien pire que le sucre et a des effets dévastateurs.

*Il ne faut donc pas essayer de remplacer le sucre,
il faut se débarrasser de l'habitude du goût sucré !*

Pourquoi l'aspartame est-il un poison ?

Le Dr Roberts, spécialiste de la question et auteur d'un ouvrage de 1020 pages sur ce sujet, déclare : « L'Aspartame est un édulcorant de synthèse, un additif et c'est un produit chimique. Ce n'est pas un produit naturel, c'est en fait un VERITABLE POISON ». Il précise aussi que l'Aspartame est constituée de trois composants:

50% de phénylalanine : La phénylalanine est surtout un acide aminé essentiel qui entre dans la constitution des protéines (nécessaires aux muscles et aux os). Il a cependant été démontré que l'ingestion d'aspartame, particulièrement avec des hydrates de carbones, peut provoquer des niveaux excessifs de phénylalanine qui peuvent amener une décroissance du niveau de sérotonine dans le cerveau, conduisant à des désordres émotionnels telle que la dépression.

40% d'acide aspartique : un acide est neurotoxique qui s'accumule dans l'organisme et affecte progressivement le cerveau mais aussi notre système reproductif. A fortes doses, cet acide provoquerait des crises d'angoisse, de l'hyperactivité ainsi que des obsessions. L'acide aspartique de l'aspartame possède les mêmes effets nocifs sur le corps que l'acide glutamique.

10% de méthanol : (issu de l'alcool de bois) : un poison mortel graduellement libéré par l'intestin grêle à partir d'une température de 30 degrés, la température normale du corps humain est de 37.2°C. Ce méthanol, une fois arrivé dans le foie, est converti en formaldéhyde qui est hautement neurotoxique et cancérigène. L'intoxication au méthanol reproduit les symptômes de la sclérose en plaques, de là, des erreurs de diagnostic parmi les diagnostics de sclérose en plaques.

L'aspartame (E 951) fait donc partie de la triste famille des excitotoxines, tout comme le glutamate monosodique (E 621 ou GMS). Ces excitotoxines sont neurotoxiques, c'est-à-dire qu'elles ont la triste capacité de détruire rapidement les neurones de notre cerveau 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. Mais comme cela se fait peu à peu, au fur et à mesure de notre consommation de produits édulcorés à l'aspartame 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...

D'après la Conférence du **Conseil des Médecins Américain** : "Nous parlons d'un fléau de maladies neurologiques causé par ce poison mortel".

Quels effets secondaires ?

L'aspartame peut provoquer jusqu'à plus de 90 effets secondaires. En voici quelques uns du plus courant au plus rare :

- maux de tête
- troubles digestifs, ballonnements, douleurs abdominales, diarrhées
- insomnies
- prise de poids
- hyperactivité
- manque de concentration
- baisse et troubles de la vue
- baisse de l'ouïe
- douleurs articulaires
- crampes
- fatigue chronique
- cernes sous les yeux
- réactions cutanées et diverses démangeaisons inexpliquées
- perte de cheveux
- sinusites
- problèmes de dentition, rétraction des gencives
- sensation d'avoir froid en toute saison
- saignement de nez
- trous de mémoire, dépression (particulièrement si la personne est sous antidépresseurs, l'aspartame interagit avec ces derniers et accentue la dépression)
- sauts d'humeur sans raison particulière
- crises de panique
- paranoïa
- obsessions
- agoraphobie, phobies
- agressivité

Et parfois...

- épilepsie
- problèmes de thyroïde
- infertilité
- impuissance
- déformation congénitale, retards mentaux
- baisse du nombre plaquette dans le sang
- hypo et hyperglycémie
- hypertension
- asthme
- destruction du système immunitaire...

Plus grave, cet édulcorant peut provoquer des symptômes semblables aux maladies suivantes ou les aggraver :

- diabète,
- maladie de Parkinson
- maladie d'Alzheimer
- SEP (sclérose en plaque)
- fibromyalgie
- arthrite
- lymphome
- syndrome de fatigue chronique
- arrêts cardiaques brutaux (chez le sportifs par exemple)
- cancers du cerveau (et autres)
- ruptures d'anévrisme
- lupus

Des millions de "victimes de l'Aspartame" vont donc se faire soigner pour des maladies plus ou moins graves pendant parfois des années SANS SAVOIR que leur consommation de produits à l'Aspartame est la source de leurs problèmes de santé. Il est donc vital de savoir le détecter et de l'éviter !

Comment repérer l'aspartame ?

Ce poison est présenté sous différents noms:

- **Aspartame**, parfois **Aspartam**
- **E951**
- **"Contient une source de phénylalanine »**

L'aspartame n'est pas forcément clairement indiqué sur les emballages, il faut souvent traquer sa présence !

Dans quels produits peut-on trouver de l'aspartame ?

- boissons
- sodas (coca light et zéro, ...)
- crèmes dessert
- jus d'orange industriel
- yaourts en pots ou encore à boire
- glaces
- chewing-gums
- sucettes
- bonbons divers
- édulcorants de table
- certains chocolats
- produits de régimes
- substituts de repas
- certaines confitures
- certains paquets de céréales
- certaines barres de céréales ou barres protéinées
- certains suppléments de vitamines
- des centaines de médicaments...



Au total **plus de 6 000 produits** dont la liste est impossible à faire... L'aspartame a envahi les rayons de supermarché et se trouve dans près de 500 produits pharmaceutiques !

On ne pourra pas changer le système par le haut mais on pourra le changer par le bas. " Le bas ", c'est nous tous, consommateurs qui achetions tous ces produits dangereux sans le savoir. Nous avons le droit de dire non et de dépenser notre argent dans des produits de meilleure qualité nutritive, les plus naturels possible car notre corps n'est pas fait pour consommer des produits chimiques !

Références:

1. Dr. Russell Blavlock, « Excitotoxins. The Taste that Kills », 1994.
2. Roberts HJ. Aspartame Disease: An Ignored Epidemic West Palm Beach, Sunshine Sentinel Press, 2001
3. Thierry Souccar, Le bon choix au supermarché : 700 aliments analysés, 2013