

Les médecins lancent un avertissement: si vous utilisez du papier d'aluminium, arrêtez ou faites face à des conséquences mortelles  
9 août 2017

Le papier d'aluminium, qui a été introduit pour la première fois au début des années 1900, est actuellement l'un des articles de cuisine les plus couramment utilisés. Il est extrêmement polyvalent et est utilisé pour la cuisson, l'emballage et même pour traiter certains problèmes de santé courants.

Cependant, le problème avec cet article de cuisine est sa nature neurotoxique, qui affecte négativement la fonction cérébrale et on a même constaté qu'il déclenchait l'apparition de la maladie d'Alzheimer. Comme expliqué par un expert médical, l'exposition à ce métal peut entraîner un déclin mental et une perte de mémoire, d'équilibre, de contrôle corporel et de coordination.

En outre, il a été démontré scientifiquement que la cuisson avec du papier d'aluminium affecte les os, en raison du fait que le métal s'accumule dans les os et entraîne une perte de calcium qui est d'une importance primordiale pour une bonne santé osseuse. On a également constaté que la cuisson avec du papier d'aluminium provoque la fibrose pulmonaire et d'autres problèmes respiratoires.

Lorsqu'ils sont exposés à des températures élevées par cuisson ou grillade, les petits morceaux de métal se retrouvent dans les aliments. Même si ces petites morceaux ne sont pas relâchés, ajouter certaines épices ou des citrons peut provoquer une lixiviation chimique de l'aluminium.

Essam Zubaidy, chercheur en génie chimique à l'Université américaine de Sharjah, a fait une étude approfondie qui a examiné les effets de l'aluminium lors de la cuisson. Il a constaté qu'un repas cuit dans du papier d'aluminium peut contenir jusqu'à 400 mg d'aluminium.

« Plus la température est élevée, plus la lixiviation est élevée. Le papier d'aluminium n'est pas adapté à la cuisson et n'est pas adapté à l'utilisation avec des légumes comme les tomates, les jus d'agrumes ou les épices », explique-t-il.

Plus précisément, cette étude a montré que les produits alimentaires cuits dans des solutions acides comme la sauce tomate ou le jus de citron ont en fait absorbé le plus d'aluminium. Comme mentionné ci-dessus, ajouter des épices augmente encore plus la lixiviation. D'autre part, les aliments cuits dans du sel ou de l'alcool ont absorbé le moins d'aluminium.

Alors que l'Organisation mondiale de la santé affirme que 40 mg est la consommation quotidienne sûre d'aluminium, cette étude réalisée par les chercheurs de l'Université américaine de Sharjah montre que les aliments emballés dans du papier d'aluminium pourraient contenir plus de 6 fois cette quantité. Inutile de dire que l'ingestion de ce métal dans de telles quantités est tout sauf sûre.

Pour résumer, même si cet outil simple est économique et aide à préparer des repas savoureux, il est extrêmement mauvais pour votre cerveau, pour vos os, et enfin pour vos poumons. Par conséquent, si vous souhaitez éviter les problèmes liés au cerveau, les problèmes avec vos os et vous retrouver avec des poumons en mauvaise santé, assurez-vous d'arrêter de cuire avec du papier d'aluminium.

<http://www.sante-nutrition.org/medecins-lancent-avertissement-utilisez-papier-daluminium-arretez-face-a-consequences-mortelles/>