Aspartame, le mal caché du siècle

Jean Hudon

Q. Comment s'est-on aperçu que l'aspartame est nocif pour la santé ?

R. Comme on peut le constater à la lecture de 2 articles parus en 95 dans le magazine américain Nexus (pour en savoir plus, il est recommandé de prendre connaissance de la traduction de ces articles disponibles au: http://www.cybernaute.com/earthconcert2000/AspartameTruth.htm), les toutes premières études des effets de l'aspartame sur des singes menées en 1969 par le Dr. Harry Waisman révélèrent sans équivoque sa nocivité. Plusieurs autres études indépendantes ont depuis corroboré ce fait.

Mais l'aspartame a tout de même été approuvé. Comment? Le comité de la FDA (Food and Drug Administration) américaine chargé d'étudier les demandes d'approbation de nouveaux produits s'est refusé durant 16 ans à autoriser l'usage de ce produit dans l'alimentation humaine en raison des études démontrant sa nocivité. Mais l'ancien président Ronald Reagan, un ami du président de la compagnie Searle qui a concocté l'aspartame (Searle a depuis été rachetée par Monsanto, la tristement célèbre multinationale ayant mis au point de nombreuses plantes transgéniques), a mis à la porte de la FDA le commissaire en chef qui refusait à l'époque de faire approuver l'aspartame contre l'avis de ses propres experts. Il a nommé à sa place le Dr. Arthur Hull Hayes qui lui n'a pas eu la moindre hésitation à imposer en 1986 l'approbation de l'aspartame en dépit de l'opposition initiale d'une majorité de membres du Comité d'évaluation de la FDA. Peu après, ce triste personnage démissionnait et était engagé à fort salaire par la firme de relations publiques de Searle. Depuis il a systématiquement refusé de faire toute déclaration publique à ce sujet.

Q. Quelle est la composition chimique exacte de l'aspartame ?

R. De la phénylalanine (50%), de l'acide aspartique (40%), et enfin de l'ester de méthyle (10%) qui se transforme rapidement en alcool méthylique (ou méthanol) après ingestion en plusieurs autres produits neurotoxiques et cancérigènes résultant de leur dégradation, soit par les transformations métaboliques se produisant dans l'organisme, soit par l'exposition du produit contenant l'aspartame à une température supérieure à 30 degrés centigrades (dans l'entreposage ou le transport ou durant la cuisson), tous des sous-produits qui induisent une grave dépendance avec phénomène de sevrage intense pour les grands consommateurs d'aspartame qui tentent d'arrêter d'en prendre (voir aussi le document anglais "ASPARTAME ADDICTION" du Dr. H. J. Roberts qui y explique à fond ce problème - il est disponible au http://www.cybernaute.com/earthconcert2000/AspartameGate.htm)

Q. Quels sont les effets de l'aspartame à moyen et long terme ?

R. Évidemment plus la consommation est importante et prolongée, plus les effets sont graves.

Certaines personnes sont plus prédisposées à certains types d'effets. Cela varie donc d'une personne à l'autre. Il y a entre autres de grands risques de malformations congénitales pour les bébés dont les mères consomment des produits contenant de l'aspartame alors qu'elles sont enceintes car ses sous-produits, une fois faite la décomposition de l'aspartame, peuvent franchir la barrière placentaire tout autant que la barrière protectrice du cerveau. Les jeunes enfants sont aussi exposés à de sérieux problèmes (allergies graves, urticaire, tumeurs au cerveau et même la mort) surtout si leurs parents veulent leur éviter de consommer du sucre en leur donnant des produits dits "sans sucre" qu'ils faut donc éviter à tout prix - il est fortement recommandé de lire les étiquettes quoique l'aspartame n'y soit pas toujours nommément mentionné - il porte aussi des noms de commerce comme NutraSweet® ou Equal® - il faut aussi éviter tout produit contenant de l'acesulfame-k ou de la sunette. On dit même qu'il est parfois ajouté au sucre ordinaire et aux confiseries (bonbons et chocolat) à cause de son grand pouvoir sucrant et de la dépendance qu'il engendre, mais ceci n'est ni prouvé ni admis par aucun fabricant de sucre ou de confiseries. Chose certaine, on en trouve même dans les suppléments de vitamines pour enfants (et pour adultes)! Il faut donc toujours lire avec soin les étiquettes avant d'acheter tout produit alimentaire vendu en magasin.

Voici la liste complète des problèmes de santé que l'aspartame engendre ou aggrave:
· Crises d'épilepsie ou d'apoplexie et convulsions
· Étourdissements et vertiges
· Tremblements
· Migraines et violents maux de têtes (déclenchés ou causés par une consommation chronique)
· Pertes de mémoire (un des effets fréquents de la toxicité de l'aspartame)
· Difficulté d'élocution
· Confusion
· Engourdissements ou fourmillements dans les extrémités
· Fatigue chronique
· Dépression
· Insomnie
· Irritabilité
· Accès de panique (réaction courante à la toxicité de l'aspartame)
· Changements de personnalité profonds
· Phobies
· Rythme cardiaque rapide, tachycardie (une autre réaction fréquente de l'aspartame)
· Problèmes d'asthme
· Douleurs de poitrine
· Hypertension (pression sanguine élevée)
· Nausées et vomissements

· Diarrhée
· Douleurs abdominales
· Douleurs en avalant
· Démangeaisons
· Urticaire
· Autres réactions allergiques typiques
· Difficulté de contrôle du taux de sucre dans le sang (hypoglycémie ou hyperglycémie)
· Problèmes menstruels ou changements dans le cycle menstruel
· Impotence et problèmes sexuels
· Besoin maladif de manger sans cesse
· Embonpoint
· Perte de cheveux (calvitie) ou cheveux de plus en plus clairsemés
· Sensation brûlante en urinant et diverses autres problèmes urinaires
· Soif ou faim excessives
· Ballonnements, oedèmes (rétention des liquides)
· Susceptibilité aux infections
· Douleurs aux articulations
· Cancer du cerveau
· Mort

L'aspartame provoque des symptômes semblables aux maladies suivantes, ou bien les aggrave:
· Fibromyalgie
· Arthrite
· Sclérose en plaques
· Maladie de Parkinson
· Lupus
· Sensibilité multiple aux produits chimiques
· Diabètes et complications diabétiques
· Épilepsie
· Maladie d'Alzheimer
· Malformations congénitales
· Syndrome de fatigue chronique
· Lymphome (tumeur maligne du tissu lympoide)
· Maladie de Lyme (normalement causée par un minuscule parasite)
· Troubles liés au manque d'attention
· Troubles de panique
· Dépression et autres troubles psychologiques

Q. Pourquoi l'aspartame est-il dangereux pour les diabétiques? Que provoque t-il ?

R. Comme pour bien d'autres maladies de dégénérescence, il accélère le développement du diabète et provoque des complications métaboliques, neurologiques et autres. C'est bien expliqué dans l'article du magazine américain Nexus disponible au: http:// www.cybernaute.com/earthconcert2000/AspartameTruth.htm

Q. Quels sont les autres effets nocifs de l'aspartame ?

R. Vous référer encore à l'article mentionné ci-dessus. Certains des produits résultant de sa décomposition métabolique sont de puissants neurotoxiques qui entraînent la mort des cellules synaptiques (terminaisons transmettant l'influx nerveux dans le cerveau) par sur-stimulation, un peu comme le fait la cocaïne, d'où l'amplification de l'Alzheimer, de la fatigue chronique, des migraines, pertes de mémoire, etc., et en bout de ligne l'apparition de tumeurs cancéreuses au cerveau et la mort, comme cela s'est produit pour les malheureux singes utilisés lors des premières études faites en laboratoire sur l'aspartame.

Plusieurs autres effets non pathologiques, mais bien financiers cette fois, sont toutefois reliés à l'approbation de l'aspartame, sous la pression corruptrice, surtout aux États-Unis, du lobby exercé par quelques puissantes compagnies, dont bien sûr Monsanto, auprès de tous les organismes de surveillance alimentaire du monde. D'autre part, des compagnies comme Coke et Pepsi qui connaissent parfaitement les risques pour la santé de l'aspartame utilisé massivement dans leurs breuvages diètes (sans sucre) ont fait des profits colossaux grâce aux ventes de ces boissons hautement addictives tel que démontré par le Dr. H. J. Roberts dans l'article "ASPARTAME ADDICTION" mentionné plus haut.

Ainsi en est-il de toutes les autres compagnies qui l'utilisent. De plus, plusieurs de ces compagnies, dont Monsanto, ont des intérêts dans l'industrie pharmaceutique et ainsi s'enrichissent grâce à toutes les maladies causées ou aggravées par l'aspartame. Est-il nécessaire de rappeler que Monsanto est la même multinationale qui est responsable de l'introduction perfide et insidieuse des aliments transgéniques dans notre alimentation, une compagnie qui avait concocté le fameux agent Orange (à base de dioxine) employé lors de la guerre du Vietnam et dont les responsables ont sur la conscience la mort de millions de personnes et les insoutenables souffrances physiques et morales subies par les dizaines de millions de personnes tombées malades à cause de l'aspartame -- un véritable crime contre l'humanité si vous voulez mon avis...

Une dernière considération: les gouvernements, les compagnies impliquées et toutes les personnes complices du "cover up" pour empêcher que la vérité ne soit révélée au sujet de la corruption ayant menée à l'imposition de l'aspartame dans l'alimentation humaine (ce qui représente plus de 6,000 produits alimentaires répertoriés il y a quelques années -- probablement plus de 9,000 aujourd'hui!), font tout pour nier systématiquement les risques liés à la consommation d'aspartame et en bout de ligne leur responsabilité car, tout comme pour les fabriquants de tabac aux États-Unis qui doivent débourser des milliards de dollars suite

aux procès subis, sans compter les autres procès en cours, ils savent fort bien que lorsque l'heure de vérité sonnera, les compensations presque incalculables qu'ils devront verser les mettront en faillite et peut-être même derrière des barreaux de prison.

Q. Doit-on remplacer l'aspartame par du sucre normal ?

R. Il est préférable de s'en tenir au sucre naturel, tel le sirop d,érable ou le sucre brut mais l emeilleur de tous est cette plante sucrée nommée Stévia, qui est 100 fois plus sucrée que le suces. Aucune calorie et totalement naturel. Voir le lien suivant pour info: http://conspiration.cc/sante/stevia1.html
Il ne faut certainement pas le remplacer par d'autres produits chimiques aux effets tout aussi imprévisibles et nocifs. À noter que Monsanto tente présentement de faire accepter en douce par la FDA l'utilisation du néotame qui est encore pire que l'aspartame, est semble-t-il 40 fois plus sucrant au goût et est encore plus addictif. Mais il est certes préférable de limiter au minimum la consommation de tout aliment industriel sucré quel qu'il soit car la physiologie du corps humain, comme le signale Danièle Starenkyj dans "Le mal du sucre" (Ed. Orion, 1981), n'a jamais eu, au fil de son évolution depuis des millions d'années, à subir l'assaut de quantités aussi considérables de sucre. Au lieu des 50 à 70 kilos de sucre que la plupart des Occidentaux consomment par année aujourd'hui, l'espèce humaine d'avant la découverte de la canne à sucre n'avait jamais consommé plus de 2 à 3 kilos de sucre par an, dans ses fruits notamment. Par conséquent, les gens qui consomment du sucre aujourd'hui en quantité aussi phénoménale ne peuvent que se retrouver avec des déséquilibres et des maladies, sans compter que le sucre, et tout particulièrement le sucre blanc raffiné, affaiblit le système immunitaire.

Q. L'aspartame est utilisé et autorisé dans plus de 100 pays au monde. Pourquoi ne dit-on rien ?

R. Cette conspiration du silence a longtemps été lié à l'insouciance que la plupart des gens affichent quant au contenu exact de ce qu'ils mangent et boivent. Trop de gens, encore aujourd'hui, se fient aveuglément aux fonctionnaires des services gouvernementaux responsables de veiller à la protection de notre santé et n'osent donc pas douter du "principe" stupide qui veut que si un produit est en vente partout, il n'est sûrement pas dangereux pour la santé. Heureusement les choses commencent à changer, surtout en Europe où la maladie de la vache folle en Angleterre, la contamination des viandes à la dioxine en Belgique, la controverse entourant l'importation de viande américaine contenant des hormones cancérigènes et, récemment, l'explosion de protestations contre les aliments transgéniques ont rendu les gens beaucoup plus avertis et moins enclins à faire aveuglément confiance aux autorités pour les protéger des manigances criminelles des riches compagnies multinationales pour lesquelles le profit passe avant la santé des gens. Mais le refus des autorités gouvernementales de considérer les preuves qui s'accumulent au dossier de l'aspartame tient aussi à leur refus d'admettre l'erreur monumentale qu'elles ont commise en acceptant au départ, sans études indépendantes sérieuses et fiables, ce produit nocif et mortel. Ce qui s'est passé dans le cas de la contamination des banques de sang par le virus du SIDA en France et au Canada, par exemple, et le refus prolongé de la classe politique d'accepter ses responsabilités dans ce cafouillage est un bon exemple du réflexe habituel d'autoprotection des élites politiques et financières qui ne se laisseront pas entraîner sur le bûcher populaire de la révolte des consommateurs abusés qui gronde sans opposer une résistance farouche avec leurs milliards et leur influence occulte mais omniprésente sur ce qu'acceptent de rapporter la majorité des grands médias.

Q. Avez-vous d'autres commentaires personnels ?

R. Seule une conscientisation quant à notre responsabilité individuelle de prendre en main notre santé en s'assurant de la qualité irréprochable de ce que nous mangeons et buvons pourra un jour faire en sorte que nous retrouverons le chemin de la vraie santé, sans médicaments ni autres béquilles chimiques. À cet égard, le choix de manger de préférence des aliments de culture biologique s'inscrit dans une démarche sensée et raisonnable selon laquelle investir dans une bonne alimentation vaut mieux que de se retrouver avec des maladies débilitantes qui nous laisseront affaiblis, souffrants et diminués dès que les séquelles d'une alimentation polluée se feront sentir, ce qui trop souvent, malheureusement, se produit à un âge précoce...

Enfin il ne faut pas oublier de mentionner le travail phénoménal de l'inépuisable Betty Martini, une américaine dans la soixantaine qui se consacre corps et âme depuis des années à dénoncer les méfaits de l'aspartame et toutes les magouilles qui entourent cette question et dont l'organisme bénévole, Mission Possible International, compte des membres participants et activistes dans de nombreux pays - leur site Internet anglais est le www.dorway.com.

Réponses apportées le 22 janvier 2000 par Jean Hudon - un Québécois, traducteur professionnel, coordonnateur du Réseau Arc-en-ciel de la Terre (site Internet: http://www.cybernaute.com/earthconcert2000) et auteur de 2 livres (le "Manuel d'instruction pour un nouveau monde" paru en 85 et "L'enfant immortel" paru en 87) et de plusieurs articles de magazine - dans le cadre d'un interview mené par voie de courriel par Magali Pacary pour un article à paraître prochainement dans le magazine "Bonne Santé" vendu en France à près de 200 000 exemplaires. On peut écrire à Jean Hudon à l'adresse suivante globalvisionary@cybernaute.com et lui demander à être rajouté(e) à sa liste d'envoi de courriels francophones et/ou anglophones.