

Aspartame (E951) un poison mortel lent !

Appartenant à la famille des excitotoxines, l'aspartame (*aspartyl-phenylalanine-methyl-ester*) est un édulcorant de synthèse classé comme l'additif le plus dangereux avec le glutamate monosodique. Classé Rouge dans la liste des additifs alimentaires.

Les excitotoxines sont des acides aminés excitateurs neurotoxiques qui ont la capacité de détruire rapidement les neurones de notre cerveau en les excitant jusqu'à ce qu'ils explosent. C'est la mort des cellules nerveuses.

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...

Les excitotoxines font chuter le quotient intellectuel des gens pour les rendre dépendants du système et de la publicité. Ainsi, les personnes consommant régulièrement de l'aspartame perdent progressivement leur faculté de discernement car elles n'ont plus la capacité mentale pour réagir.

L'autre objectif étant de vous rendre malade : toutes les pathologies que l'aspartame provoque, arrangent l'industrie agro-alimentaire, l'industrie pharmaceutique et le gouvernement lui-même ! Et oui la maladie leur rapporte énormément d'argent ! Alors pourquoi arrêteraient-ils cette « machine à bousiller la santé » ? Vu que ces additifs neurotoxiques gonflent les portefeuilles de ces gens-là au détriment de ce qui est le plus vital, notre santé et celles de nos progénitures.

Pour comprendre comment l'aspartame peut faire autant de dégâts chez l'humain, il est important de comprendre de quoi cette molécule est constituée.

- **50% de phénylalanine** : La phénylalanine est surtout un acide aminé essentiel, il entre donc dans la constitution des protéines : celles qui forment nos tissus, nos hormones, nos os, mais aussi celles que nous mangeons. Dans l'organisme, il peut se transformer en un autre acide aminé, la tyrosine. L'homme ne peut pas fabriquer de phénylalanine, c'est donc un composant essentiel de notre alimentation quotidienne, sans lequel notre corps ne pourrait pas fonctionner.

Il existe un groupe de personnes qui souffrent d'une maladie héréditaire rare, la phénylcétonurie. Ces personnes n'ont pas l'enzyme nécessaire à la digestion de phénylalanine, un surplus de phénylalanine va être converti par le foie en une gamme de produits (*toxiques*) connus sous le nom de phénylcétones, qui sont excrétées dans les urines. Les personnes atteintes de phénylcétonurie, qui ingèrent de la phénylalanine souffrent de syndromes de toxicité différente, y compris un retard mental, en particulier chez les enfants et des troubles intellectuels chez les adultes.

Tous les produits contenant de l'aspartame doivent donc contenir dans l'étiquette une mention déclarant que le produit « contient une source de phénylalanine ».

Il a été également démontré que l'ingestion d'aspartame, particulièrement avec des hydrates de carbones, peut provoquer des niveaux excessifs de phénylalanine dans le cerveau, même chez des personnes ne souffrant pas de phénylcétonurie. Ceci n'est pas une simple théorie, car de nombreuses personnes ayant mangé de grandes quantités d'aspartame au cours d'une longue période de temps et ne souffrant pas de phénylcétonurie, ont été reconnues possédant des niveaux excessifs de phénylalanine dans le sang. Des niveaux excessifs de phénylalanine dans le cerveau peuvent amener une décroissance du niveau de sérotonine dans le cerveau, conduisant à des désordres émotionnels telle que la dépression. Il a été démontré au cours de tests sur l'homme que les niveaux de phénylalanine dans le sang étaient accrus d'une façon significative chez les sujets humains ayant utilisé chroniquement l'aspartame. Même une seule prise d'aspartame fait monter les niveaux de phénylalanine. Dans son témoignage devant le Congrès américain, le Dr Louis J. Elsas démontra qu'une haute teneur en phénylalanine dans le sang peut se concentrer dans des parties du cerveau et est particulièrement dangereuse pour les nourrissons et les fœtus.

- **40% d'acide aspartique** : C'est un acide aminé libre excitateur qualifié d'excitotoxine, donc hautement dangereux pour le cerveau : l'espèce humaine est cinq fois plus sensible à cet acide (*et à l'acide glutamique trouvé dans le E 621*) que les rats et vingt fois plus sensible que les singes ! Cet acide a la mauvaise habitude de s'accumuler dans notre organisme, d'affecter notre cerveau (c'est un neurotoxique), notre système reproductif, il traverse aussi le placenta et peut atteindre le cerveau du fœtus. A forte dose, cet acide peut provoquer 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 qui est graduellement libéré par l'intestin grêle à partir d'une température de 30 degrés lors du stockage, de la cuisson ou tout simplement dans le corps humain (*vu que sa température normale est de 37,2°*). Les symptômes d'un empoisonnement au

méthanol sont en général des troubles de la vue, dommages rétinien (pouvant causer la perte de la vue), des maux de tête, des bourdonnements d'oreille, des troubles gastro-intestinaux, des faiblesses, vertiges, frissons, trous de mémoire, douleurs fulgurantes aux extrémités, des troubles du comportement et des névrites.

Au-delà de 30°C, ces composants se décomposent en sous-produits

Phénylalanine : se décompose en DKP (*Diketopiperazine*), ce qui peut provoquer des tumeurs cérébrales.

Méthanol (alcool de bois) : Ce méthanol, une fois arrivé dans le foie, est converti en formaldéhyde qui est hautement neurotoxique et cancérigène pouvant provoquer à son tour des troubles de la vue, des malformations congénitales, des migraines, des vertiges, des nausées, des malaises, une mauvaise concentration et empêche aussi l'ADN de se reproduire. Pour terminer, le formaldéhyde, une fois ingéré, se transforme à son tour en acide formique qui se concentre dans le cerveau, les reins et d'autres organes. C'est un produit très dangereux pour les cellules.

Les 92 effets recensés par la FDA (Food and Drug Administration)

document de la FDA (*Suite à des milliers de plaintes de consommateurs*)

- Surpondération : et oui, l'aspartame ne fait absolument pas maigrir, bien au contraire, elle provoque une prise de poids pouvant conduire à une obésité morbide. L'aspartame creuse l'appétit.
- Hypersexualité : on pourrait se dire « super, c'est plutôt un point positif pour une fois ! ». Et bien, non. Car cette hypersexualité peut s'axer non pas sur le partenaire en question, mais sur une personne non consentante.
- Alopecie ou calvitie : le plus souvent, on parlera d'alopecie, vu que l'effet est souvent réversible à ce niveau.
- Faim et soif excessives
- Sur le plan bucco-dentaire : œdèmes aux lèvres (*plus rarement à la langue*), caries (*pourtant on lit souvent « en complément du brossage quotidien, pour préserver votre capital dentaire, les chewing-gums XXX sont recommandés par l'Union Française pour la Santé Bucco-dentaire »*, on se fout vraiment de notre gueule, tout comme pour le fluor !)
- 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*)
- Forte sensibilité aux bruits
- Difficulté d'élocution, confusion
- Baisse de l'intelligence, difficulté de concentration
- Engourdissements ou fourmillements dans les extrémités
- Fatigue chronique
- Dépression : particulièrement si la personne est sous antidépresseurs, l'aspartame interagit avec ces derniers et accentue donc la dépression (*cf. Interactions*)
- Insomnie
- Irritabilité
- Impotence
- Hypertension artérielle
- Nausées et vomissements
- Saignements de nez
- Diarrhée
- Réactions cutanées plus ou moins graves : démangeaisons, urticaire, rougeurs, autres réactions allergiques typiques
- Troubles du comportement ou de la personnalité : T.O.C (*troubles obsessionnels compulsifs*), schizophrénie, soudaines crises d'agressivité parfois avec violences physiques, paranoïa, crises de démence, hyperactivité...
- Phobies, agoraphobie, angoisses, accès de panique (*réaction courante à la toxicité de l'aspartame*)
- Douleurs diverses : douleurs intercostales, abdominales, articulaires, à la poitrine, en avalant, crampes
- Problèmes respiratoires ou cardiaques : hyperventilation, tachycardie (*une autre réaction fréquente de l'aspartame*), asthme...
- Crises d'épilepsie ou d'apoplexie et convulsions
- Difficulté de contrôle du taux de sucre dans le sang (*hypoglycémie ou hyperglycémie*)
- Anorexie (*particulièrement chez les jeunes*)
- Ostéoporose
- Infections ou douleurs urinaires
- Dérèglement hormonal : flux plus abondant que la normale ou cycle menstruel plus fréquent ou carrément l'inverse
- Au niveau de la peau, l'aspartame provoque un vieillissement prématuré plus rapidement que la cigarette
- Ballonnements, œdèmes (*réétention des liquides*)
- Susceptibilité aux infections

- Cernes gris sous les yeux
- Baisse et troubles de la vue
- Cancer du cerveau
- Rupture d'anévrisme : elle représente 10% des AVC. Lorsqu'elle survient subitement, la mort est souvent inévitable. Des signes précurseurs peuvent cependant attirer l'attention dans les heures et même les jours qui précèdent l'AVC, et un traitement médical est envisageable.
- Mort

On attribue même le fameux Syndrome de la Guerre du Golfe à la consommation par les G.I. américains de Coke Diète et Diète Pepsi entreposé pendant des semaines à la chaleur torride du désert saoudien.

La plupart des gens qui en consomment souffrent de 2 à 36 effets secondaires, c'est dans le meilleur des cas. Non, mais vous vous imaginez avec une trentaine de pathologies différentes ? C'est, hélas, ce que des milliers, voire des millions, de personnes vivent à travers le monde à cause de cette merde ! C'est INTOLÉRABLE !

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, maladie de Lyme (*normalement causée par un minuscule parasite*), syndrome de fatigue chronique.

L'excès de glutamate et d'aspartame commence lentement à détruire les neurones. La grande majorité (75%) des cellules nerveuses d'une zone particulière du cerveau sont tuées avant même que les symptômes cliniques d'une maladie chronique ne soient décelés. Quelques unes des nombreuses maladies chroniques dont il a été démontré qu'elles sont causées par une exposition à long terme au dommage des excitotoxines comprennent : la sclérose en plaques, ALS, perte de mémoire, problème hormonaux, perte d'audition, crises d'épilepsie, maladie d'Alzheimer, maladie de Parkinson, hypoglycémie, démence du Sida, lésions du cerveau et désordres neuroendocrinaux.

Les interactions susceptibles d'entraîner des effets encore plus désastreux

L'aspartame interagit avec le fluor, les antidépresseurs, les médicaments et les vaccins.

Comment détecter sa présence dans une liste d'ingrédients ?

- Aspartame (*appellation française*)
- Aspartam
- E951
- mentions « contient de la phénylalanine » ou « contient une source de phénylalanine »

Si vous lisez l'un de ces éléments sur l'étiquette d'un produit, cela signifie que le produit contient de l'aspartame.

Dans quels produits retrouve-t-on l'aspartame ?

Dans pas moins de 6 000 produits dont :

- les édulcorants de table (*en poudre, en comprimés ou sous forme liquide*)
- les produits diététiques : substituts de repas, produits étiquetés « light », « sans sucre », « allégés » ou encore « 0% », les protéines en poudre et les préparations pour desserts
- certaines confiseries : chewing-gums, bonbons, sucettes, sprays liquides
- certaines boissons non allégées : sodas, limonades, colas, jus de fruits, thés glacés
- certains thés en sachets
- certains desserts : yaourts, yaourts à boire, crèmes dessert, glaces
- certains médicaments (*en particulier les marques reliées au vaccin de la grippe*) Solupred en comprimés de Sanofi-aventis en contient, par exemple
- certaines confitures
- de nombreux sachets de céréales, barres de céréales ou barres de protéines
- les suppléments en vitamines et en minéraux
- certaines tablettes de chocolat
- les chips (*les chips Lay's recette barbecue contiennent de l'aspartame et du glutamate de sodium*)

Pourquoi retrouve-t-on même de l'aspartame dans des produits non « light » ?

Par intérêt financier : utiliser de l'aspartame revient beaucoup moins cher en tant que matière première que du vrai sucre. De nombreux industriels ont donc décidé de réduire la proportion de vrai sucre dans leurs produits « classiques » et d'y ajouter une proportion d'aspartame.

<http://www.sante-produits-dangereux.com/aspartame-poison-mortel-lent-t6.html>