

# **Vegetarismo - fame nel mondo – salute**

**Fame nel mondo, medicina allopatrica e cibo spazzatura hanno un unico comune denominatore: massimizzare i profitti di pochi.**

Nel 1979 ho iniziato ad interessarmi dello sterminio per fame nel mondo.

Dopo 27 anni, nonostante un interesse crescente nell'opinione pubblica, grazie anche alle battaglie fatte negli anni scorsi, ogni anno però continuano a morire 40 milioni di persone ed oltre un miliardo è malnutrito o sottanutrito.

L'altro lato della medaglia di quest'immenso problema è che gli abitanti dei paesi industrializzati sono supernutriti e soggetti ad overdose quotidiane di proteine.

E' chiaro che la morte di milioni d'esseri umani è voluta dalle forze economiche che basano i loro enormi guadagni sul sistematico e scientifico sterminio di milioni di persone, per continuare a mantenere il loro tenore di vita su standard che sono altrimenti insostenibili. Tutti conoscono le famigerate sette sorelle petrolifere, ma non tutti sanno dell'esistenza delle cinque sorelle cerealicole, altrettanto importanti e condizionanti per l'economia mondiale.

Subito dopo l'ultima guerra si è registrato un forte surplus di cereali, e da allora le cinque sorelle cerealicole hanno pensato di utilizzarli e smaltirli come mangime da destinare al settore zootecnico.

Negli ultimi 50 anni il consumo di carne nei paesi industrializzati è aumentato di almeno dieci volte, con punte di venti volte, e si è avuta un'esplosione dei cibi precotti, conservati, a base di carne che costituiscono il cosiddetto "junk food - cibo spazzatura".

Negli ultimi cento anni gli organismi che si occupano di nutrizione e di salute, hanno modificato le tabelle dei consumi medi di proteine passando, per una persona di 70 chili, dai 140 grammi ai 35 grammi medi giornalieri consigliati di consumo proteico, come indicano oggi la Fao e l'Oms.

Le più avanzate scuole "igieniste" parlano di 20 grammi di proteine da ingerire al massimo ogni giorno.

In cento anni di studi, la dose media giornaliera consigliata di proteine da assumere per una corretta alimentazione, secondo gli standard medi, è scesa quindi di sette volte.

Ciò nonostante, moltissime persone ne assumono una quantità giornaliera anche di venti-trenta volte superiore alla quantità consigliata; questa overdose di proteine provoca gravi danni alla salute: dal colesterolo alla glicemia, dai reumatismi ai calcoli, dalla gotta all'ipertensione, dalla leucemia al cancro - le cosiddette malattie del progresso.

I ricchi del pianeta consumano carne bovina e suina, pollame e altri tipi di bestiame, tutti nutriti con foraggio, mentre i poveri, del terzo e quarto mondo, muoiono di fame.

Per far ingrassare di circa un chilo, un manzo d'allevamento occorrono oltre otto chili di foraggio, di cui oltre cinque sono cereali e sottoprodotti di mangimi, e i restanti tre chili è paglia tritata. Questo significa che solo 11% di foraggio assunto dal manzo diventa effettivamente parte del suo corpo, il resto è bruciato come energia nel processo di conversione, oppure assimilato per mantenere le normali funzioni corporee, oppure assorbito da parti del corpo che non sono commestibili, ad esempio la pelle e le ossa.

Quando un manzo d'allevamento sarà pronto per il macello, avrà consumato 1.200 chili di cereali e peserà circa 470 chilogrammi.

E' importante ricordare che un ettaro di terreno coltivato a cereali produce proteine in misura cinque volte maggiore rispetto ad un ettaro destinato all'allevamento di carni; i legumi e le verdure possono addirittura produrre rispettivamente 10 - 15 volte tanto. Io ho attuato da 23 anni la scelta di un'alimentazione nonviolenta escludendo dalla dieta sia la carne che il pesce.

Attualmente la terra libera dai ghiacciai, potenzialmente adatta alla coltivazione è pari a 13 miliardi di ettari. Solo l'11% è coltivata, mentre il 24% sarebbe facilmente arabile e coltivabile. Nonostante tutto, con l'attuale 11% coltivato, se tutti si alimentassero in modo vegetariano, non spreca l'attuale produzione a scopo zootecnico, potremmo nutrire oltre 30 miliardi "teorici" di persone, risolvendo così facilmente il problema della fame nel mondo. L'altra faccia del problema, conseguente a questa scelta dissennata e violenta, è lo sfascio e il tracollo in tutto il mondo della sanità a partire dagli Usa.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha promosso un programma per rivalutare le medicine popolari "tradizionali", in Europa, Africa e Asia, che da migliaia d'anni sono sperimentate con successo e che negli ultimi cento anni sono state abbandonate in modo gravemente irresponsabile per passare alla cosiddetta medicina "moderna", dominata da farmaci ottenuti con la chimica di sintesi dopo inutili e cruente sperimentazioni sugli animali. Passare a una corretta alimentazione vegetariana e a una medicina vitalista "Integrata", che recuperi le antiche tradizioni e sia anche nonviolenta, vuole dire trovarci contro una serie di lobby potentissime che condizionano l'andamento mondiale dell'economia, della ricerca scientifica e dell'informazione.

Contro questa ipotesi si schierano le multinazionali cerealicole citate prima, le multinazionali chimiche che producono i pesticidi e i fertilizzanti (che servono a produrre surplus di prodotti di cattivissima qualità e portatori di malattie), contro anche le multinazionali farmaceutiche che condizionano i medici, cosiddetti "allopatrici" che raramente cercano di fare medicina preventiva.

Siamo nati per vivere sani, quindi è meglio prevenire che curare.

Contro è anche la grossa lobby degli allevatori, trasportatori e macellatori di bestiame, alleati da sempre ai baroni della medicina moderna, padroni della nostra salute, che continuano a consigliare la carne come alimento principe, ricco di proteine "nobili".

Il dott. Umberto Veronesi, vegetariano da molti anni, e molti altri esperti, sostengono che in Italia fra dieci anni una persona su due sarà affetta da cancro: ebbene la carne, essendo cancerogena, contribuirà a questo risultato.

A mio parere l'AVI, la LEPAV e la LAV dovranno continuare a condurre una campagna d'informazione per ridurre il consumo di carne e di "cibi spazzatura", ottenendo due risultati: in primo luogo per avere a disposizione quantità sette volte maggiori di cereali attualmente utilizzati come mangimi, facendo cessare lo sterminio per fame nel mondo e in secondo luogo per ridurre le malattie di tipo degenerativo.

L'altra mia proposta, riguardante la salute, è quella di rivalutare le medicine "tradizionali" che da migliaia d'anni utilizzano, con successo, metodi naturali, in luogo di farmaci inutili e dannosi, ottenuti con la chimica di sintesi, spesso causa di malattie iatrogene.

Per quanto mi riguarda sto cercando di promuovere il Centro Pilota Europeo "Voglia di Vivere".

Centro per la ricerca e la cura delle Malattie Degenerative e per il Ringiovanimento con la Medicina "Integrata" e le Terapie "Olistiche" di Sostegno.

Il Centro dovrà occuparsi principalmente di "Prevenzione".

Il Centro dovrà accogliere persone affette da malattie degenerative che non intenderanno sottoporsi agli "accanimenti terapeutici", ma preparandoli (se arrivati ad uno stadio irreversibile) ad una morte serena, in pace con se stessi e con il mondo che li circonda.

Questo Centro dovrà formare una nuova figura professionale, l'"Esperto in Igienismo" che, avendo una visione "olistica" (totale), curerà la persona nel suo insieme fisico, emozionale, mentale e spirituale.

In questo Centro si dovrà insegnare l'Igienismo: la Scienza della Salute", l'"Autoguarigione" e la "Dieta liquida disintossicante e depurativa".

***René Andreani***