

10 Ιανουαρίου 2017

Στόχος επικρίσεων η βιομηχανία ζάχαρης

/ Γενικά Θέματα





Κίνδυνος θάνατος για την ανθρώπινη υγεία φαίνεται ότι είναι η ζάχαρη, σύμφωνα με το τελευταίο βιβλίο του συγγραφέα Γκάρι Τομπς «Η υπόθεση κατά της ζάχαρης».

Ας υποθέσουμε ότι το παιδί σας σας ζητούσε την άδεια να καπνίζει ένα πακέτο τσιγάρα την εβδομάδα, καθώς, σύμφωνα με τη λογική του, ένα πακέτο την εβδομάδα είναι καλύτερο από ένα πακέτο την ημέρα. Προφανώς, ποτέ δεν θα συναινούσατε σε κάτι τέτοιο. Τώρα, αντικαταστήστε τα τσιγάρα με ζάχαρη. Συγκρίνοντας τους κινδύνους του καπνίσματος με αυτόν της κατανάλωσης σοκολάτας, ο Γκάρι Τομπς, συγγραφέας του βιβλίου «Η υπόθεση κατά της ζάχαρης», προσπαθεί να κάνει όσο πιο ευκρινή μια πραγματικότητα: ότι αυτή η λευκή γλυκιά ουσία σκοτώνει.

Ο Τομπς αρχίζει την περιγραφή του από την καταστροφή των δοντιών, επισημαίνοντας ότι η ζάχαρη δεν είναι μόνο αιτία των επιδημιών διαβήτη και παχυσαρκίας, που μας μαστίζουν, αλλά κατά πάσα πιθανότητα συνδέεται και με τα καρδιαγγειακά προβλήματα, την υπέρταση, κάποιες από τις συχνές μορφές καρκίνου αλλά και το Αλτσχάιμερ. Αρκεί, εν ολίγοις, να αναφερθείτε σε οποιοδήποτε εκφυλιστικό νόσημα και ο Τομπς θα στρέψει την προσοχή σας προς τον συνήθη ύποπτο.

Ο ίδιος συγγραφέας έχει γράψει εκτενώς για τη διατροφή και τα χρόνια νοσήματα και το 2002 είχε συγγράψει το βασικό άρθρο στο New York Magazine με το οποίο έθετε ερωτήματα για την ορθότητα των επικρατουσών θέσεων σχετικά με το

χαμηλό σωματικό βάρος, ενώ αργότερα συνέγραψε δύο βιβλία, το «Καλές θερμίδες, κακές θερμίδες» και αρκετά χρόνια αργότερα το «Γιατί παχαίνουμε».

Η ελλιπής επιστημονική έρευνα και η βιομηχανία τροφίμων συνέβαλαν στο να γίνει το λίπος ο υπ' αριθμόν ένα εχθρός, ενώ την ίδια στιγμή οι επιστήμονες δεν μοιάζουν να έλαβαν καθόλου υπόψη τους υδατάνθρακες και ειδικότερα όσους έχουν υποστεί υψηλή κατεργασία και είναι πιο ευκολοχώνευτοι. Αυτοί ευθύνονται για τη διαρκώς διογκούμενη περιφέρειά μας.

Στο βιβλίο «Η υπόθεση ενάντια στη ζάχαρη» ο Τομπς προχωρεί τη θεωρία των υδατανθράκων και επικεντρώνει το ενδιαφέρον του στη ζάχαρη, που φαίνεται να είναι ο βασικός μας εχθρός. Μάλιστα, στην υπόθεση που κάνει εμπλέκει επιστήμονες, διατροφολόγους και ειδικότερα τη βιομηχανία της ζάχαρης, που μοιάζουν να συγκαλύπτουν μια «τόσο άβολη αλήθεια».

Η έρευνα που έχει κάνει ο Τομπς είναι ενδελεχής, ενώ με τη ρητορική του είναι σαφές ότι επιθυμεί να βάλει φωτιά στις διαδεδομένες απόψεις που επικρατούν σήμερα.

Ταυτόχρονα, όμως, φαίνεται να έρχεται και στη σωστή χρονική στιγμή, καθώς μόλις τον Σεπτέμβριο ένας ερευνητής στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια έδειξε ότι η βιομηχανία ζάχαρης πλήρωσε τρεις επιστήμονες του Χάρβαρντ στη δεκαετία του 1960 προκειμένου να υποβαθμίσουν τη σχέση ανάμεσα στη ζάχαρη και τα καρδιακά νοσήματα αλλά να υποδείξουν ως υπεύθυνο τα κεκορεσμένα λίπη. Η Coca Cola και πολλές άλλες εταιρείες ζαχαροειδών κίνησαν ουρανό και γη προκειμένου να υποβαθμίσουν τη σχέση ζάχαρης και παχυσαρκίας.

Είναι, πιθανώς, αμφίβολο ότι το βιβλίο του Τομπς θα καταφέρει να κάμψει την παντοκρατορία της ζάχαρης. Είναι, ωστόσο, εξίσου βέβαιο ότι κανένα υλικό δεν μπορεί να διασωθεί έπειτα από τέτοιες πανωλεθρίες στον τομέα των δημοσίων σχέσεων. Αλλά η ιστορία της ζάχαρης στις ΗΠΑ υποδεικνύει ότι κάτι τέτοιο δεν θα είναι καθόλου εύκολο.

Με εκπληκτικό τρόπο το βιβλίο του Τομπς κατορθώνει να χαρτογραφήσει τον τρόπο που η ζάχαρη παρεισέφρησε στην αμερικανική διατροφή. Παραδείγματος χάρη, όταν έγιναν της μόδας οι θερμιδικές δίαιτες, κατά τη δεκαετία του 1950, η βιομηχανία ζάχαρης εξαπέλυσε εκστρατεία με ολοσέλιδες διαφημίσεις στις εφημερίδες μεγάλης κυκλοφορίας για να πείσει τους αναγνώστες ότι όλες οι τροφές πρέπει να περικόπτονται κατά ίσο τρόπο και να μην πληρώσει την καταιγίδα η ζάχαρη.

Ακόμα και όταν η βιομηχανία ζάχαρης δεν μπορούσε να αντιτάξει τις δυνάμεις της

στα επιστημονικά στοιχεία, εμφανίστηκε έναν άλλος «ένοχος» για να σώσει την κατάσταση: τα κεκορεσμένα λίπη.

Πηγές: DAN BARBER / THE NEW YORK TIMES - kathimerini.gr