

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 2 de julho de 2010

Passe a mostarda ou apenas passe o cachorro-quente?

Comentário por Andrew W. Saul

Editor-Chefe, Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular

(OMNS 2 de julho de 2010) Mais cachorros-quentes são comidos no feriado de 4 de julho do que em qualquer outra época do ano. O Conselho Nacional de Cachorro-Quente e Salsicha (sim, uma organização comercial muito real) diz que "durante o fim de semana do Dia da Independência, 155 milhões serão engolidos" e que os americanos consumirão mais de sete bilhões de cachorros-quentes durante o verão. "Todos os anos", proclamam com orgulho, "os americanos comem em média 60 cachorros-quentes cada um." (1)

Isso parece ser uma média modesta de pouco mais de um cachorro-quente por semana por americano. Mas há pelo menos 7 milhões de vegetarianos nos Estados Unidos e outros 20 milhões que estariam inclinados a evitar a carne. (2)

Isso significa que, mesmo que você não coma nenhum cachorro-quente, alguém está comendo sua parte.

Mas um ou dois cachorros-quentes por semana? Grande negócio!

Talvez seja. Crianças que comem um cachorro-quente por semana dobram o risco de um tumor cerebral; dois por semana triplica o risco. Crianças que comem mais de doze cachorros-quentes por mês (três por semana) têm risco quase dez vezes maior de leucemia do que crianças que não comem nenhum. (3)

E não se trata apenas de crianças. Dos 190.000 adultos estudados por sete anos, aqueles que comeram a carne mais processada, como frios e cachorros-quentes, tiveram um risco 68% maior de câncer de pâncreas do que aqueles que comeram menos. (4) O câncer de pâncreas é especialmente difícil de tratar.

Pense duas vezes antes de servir seu próximo bife. Se sua família vai comer cachorro-quente, pelo menos tome suas vitaminas. Crianças que comem cachorro-quente que tomam vitaminas suplementares demonstraram ter um risco reduzido de câncer. (5) As vitaminas C e E evitam a formação de nitrosaminas. (6,7)

É curioso que, embora ocupada teorizando muitos perigos "potenciais" das vitaminas, a mídia de notícias amplamente ignorou esse benefício claro da suplementação na prevenção do câncer.

Também sugiro que você faça seus filhos mastigarem bem os cachorros-quentes. Em aterros sanitários, "cachorros-quentes inteiros foram encontrados, alguns deles em estratos que sugerem uma idade acima de várias décadas." (8)

Bom apetite.

Referências:

(1) <http://www.hot-dog.org> .

(2) http://www.vegetariantimes.com/features/archive_of_editorial/667 .

(3) Peters JM, Preston-Martin S, London SJ, Bowman JD, Buckley JD, Thomas DC. Carnes processadas e risco de leucemia infantil. *Controle de causas de câncer* . Março de 1994; 5 (2): 195-202.

(4) Nothlings U, Wilkens LR, Murphy SP, et al. 2005. Ingestão de carne e gordura como fatores de risco para câncer de pâncreas: The Multiethnic Cohort Study. *J Nat Cancer Inst* 97: 1458-65.

(5) Sarasua S, Savitz DA. Consumo de carne curada e grelhada em relação ao câncer infantil: Denver, Colorado (Estados Unidos). *Controle de causas de câncer* . Março de 1994; 5 (2): 141-8. Comente em <http://www.ralphmoss.com/hotdog.html> .

(6) Scanlan RA. Nitrosaminas e câncer. <http://lpi.oregonstate.edu/f-w00/nitrosamine.html>

(7) Cass H; Inglês J. Guia do usuário para vitamina C. Publicações básicas de saúde, 2002, p 64-67. ISBN-10: 1591200210; ISBN-13: 978-1591200215.

(8) *Smithsonian* , julho de 1992, p 5.

Medicina nutricional é medicina ortomolecular

A medicina ortomolecular usa terapia nutricional segura e eficaz para combater doenças. Para mais informações: <http://www.orthomolecular.org>

O Orthomolecular Medicine News Service, revisado por pares, é um recurso informativo sem fins lucrativos e não comercial.