



A Universalidade
das origens –
– que níveis ?

Transparente

A universalidade dos oxen:
que rison?

Porto, Roter Club
1999.03.22

P1 = 295: % de morte por escatões de idade
em países de actual União Europeia

P2 = conjugação de oxen

P3 = 227: comparação entre o valor calórico de
alimentos concorrentes

P4 = 228: comparação entre pão comum e
seus substitutos

P5 = 259.8: proteínas - cálcio e oxen

P6 = conjugação de conências

P7: atitudes, práticas e comportamentos desenhados

* O H. é um genoma razoavelmente fixado desde há 2 de anos, com a emergência do H. habilis.

• Genoma afinado por interacção feliz com o ambiente, v.g. alimentar, desde há 24 de anos, com a diferenciação dos primeiros hominóides no Mioceno primitivo.

* Sobrenalto antigo: glaciações — não se adaptou suficientemente e sofreu

• Acontecimentos maravilhosos:

domesticação do fogo: desenvolvimento do H. erectus e divergência do H. sapiens — encefalo grande; cultura

revolução neolítica: longevidade, afinamento de cultura e da sociabilização — H. sapiens, sapiens?

• Sobrenalto actual: a denominada "revolução agro-alimentar moderna" ou seja, o sistema alimentar de globalização. Que efeitos?

- 1 fome endémica em países explorados
- 3 Conglomerado de d. met. e deg. crónicas
- 2 poluição e sub-desenvolvimento em países produtores de matéria-prima
- 4 prejuízo do ambiente
- 5 enfraquecimento de culturas em todo o lado

* O H. sapiens, sapiens modelo mais atual
O impacto da mudança de alimentação

Um facto de demografia sanitária [P1]

Quatro explicações maiores para explicar o envelhecimento

- Desordenamento dos fenómenos de oxidação e produção anómala de eicosanóides.
- Desequilíbrio hormonal e hipotálamo-cérebro
- disfunção de membranas e de colagénio
- dificuldade para depurar xenobióticos por debilidade de funções desintoxicantes através de estreito via mediada pelo citocromo P-450.

* O que está errado na alimentação moderna?

- Um conglutinado de excessos P2
 - de calorias
 - de gorduras alimentares Comp. e. cap. P3
 - de xenobióticos
 - de moléculas nutritivas adulteradas
 - de agregados moleculares disfuncionais p. 4 P4
 - de açúcares e álcoois edulcorantes
 - de carne e demais fornecedores proteicos P5
 - de bebidas alcoólicas
 - (de produtos dietéticos ricos de fibra)
- Um conjunto de carências P6
 - de alimentos hortofrutícolas em natureza
 - de peixe
 - de alimentos amiláceos completos
 - de alimentos em natureza cozinhados por métodos biotransformantes

→ carências nutricionais

→ deficiências ocultas prolongadas

Atitudes, práticas e comportamento
desconformes [PE]

Desculturação e escolha alimentar aleatória
(o H ocidentalizado não sabe o que come)

Desvalorização moral, emocional e hedónica
do acto de comer
(e não reconhece o valor do)

Desestruturação refeitoria e desdenhação
do dia alimentar.

Voracidade vespertal e doenças do comportamento
alimentar

Estabelecimento anti-ecológico

* O porquê da mudança

A produção do alimento visa o lucro; mas
a saúde (por isso, eleger como exemplos
o pequeno produtor, o restaurante tradicional)

O lucro vem de economia de escala,
de fixação das características,
de anulação do imprevisível.

Marketing e técnicas de venda impõem
(e não necessidades).