

Alobal může za určitých podmínek uvolňovat k jídlu příliš mnoho hliníku

 badatel.net/alobal-moze-za-urcitych-podmienok-uvolnovat-do-jedla-prilis-vela-hlinika

redakce

6. septembra 2024

(Lance D. Johnson, [Natural News](#)) Za určitých podmínek vaření nebo pečení uvolňuje hliníková fólie k jídlu větší množství hliníkových částic.

Ačkoli takové mírné zvýšení obsahu hliníku v jídle nezpůsobí akutní zdravotní problémy, dlouhodobé vystavení by mohlo mít vliv na životně důležité orgány a neurologický systém člověka.

Studie s názvem „Vliv stravy připravené v hliníkové fólii na vnitřní lidskou hliníkovou zátěž“ zjistila zvýšení hliníku v moči jedinců, kteří jedli potraviny připravené v alobalu.

Při používání alobalu se hliníková zátěž výrazně změnila. Není zcela jasné, zda zvýšené hladiny hliníku mají škodlivý vliv na lidské zdraví a neurologický systém. Je však známo, že hliník poškozují neurony a také způsobuje poškození ledvin a jater.

Není-li správně vylučován z těla, může se dokonce hromadit ve tkáních a způsobovat další škody.

Hliník kromě mnoha jiných poškození způsobuje neurologické poškození

Hliník je rozšířen v našem každodenním životě. Nachází se v potravinách, vodě, nádobí, výrobcích osobní péče a také ve vakcínách .

Světová zdravotnická organizace (WHO) odhaduje, že průměrný dospělý člověk na Západě zkonsumuje 7,1 až 8,2 miligramů hliníku denně, což je výrazně pod bezpečným denním příjmem 10 miligramů pro průměrného dospělého člověka.

Vysoké hladiny hliníku jsou však spojeny s různými zdravotními problémy, včetně neurologického poškození, poruch kostí, poškození ledvin a jater, respiračních problémů a poruch krve.

Hliník je široce používaný kov známý svojí nízkou hmotností, odolností proti korozi a dobrou tvárností, díky čemuž je nedílnou součástí mnoha aplikací od leteckého inženýrství až po předměty každodenní spotřeby v domácnosti.

Přírodně se hliník vyskytuje v různých minerálech a je třetím nejrozšířenějším prvkem v zemské kůře.

Navzdory mnoha možnostem jeho prospěšného využití vyvolává hliník zdravotní problémy v důsledku jeho neurotoxicity, zvláště pokud je přítomen ve vysokých koncentracích. Tyto obavy jsou zvýšeny při vystavení hliníku ze zdrojů, jako jsou antacida (léky proti pálení žáhy), vakcíny a materiály přicházející do styku s potravinami typu alobal.

Výzkum naznačuje, že zatímco běžná expozice hliníku ve stravě je obecně nízká a tělo jej efektivně vylučuje, jeho nadměrné hromadění může představovat riziko pro neurologické zdraví.



Kyselé a slané potraviny zvyšují vyplavování hliníku z alobalu

Alobal je často chválen pro svoji odolnost a snadné použití. Pomáhá dosáhnout požadovaných výsledků vaření či pečení tím, že rozvádí teplo rovnoměrně a udržuje plechy na pečení čisté.

Navzdory svým četným výhodám výzkum ukázal, že z alobalu se mohou do jídla vyluhovat hliníkové částice, zejména při vaření s kyselými nebo slanými přísadami.

Podle Christophera Exleyho, chemika s rozsáhlými zkušenostmi v oblasti studia expozice hliníku, rozsah vyluhování hliníku závisí na faktorech, jako jsou kyselost, obsah soli, teplota vaření a doba expozice.

Studie z roku 2020 odhalila, že vaření s kyselými přísadami, jako je například citrónová šťáva, může způsobit zvýšení hladiny hliníku v potravinách, která může potenciálně dosáhnout 42 miligramů na kilogram připravovaného jídla.

Toto zvýšené vyluhování spolu s vařením při vysoké teplotě může přispět k nadměrnému příjmu hliníku, pokud se takové potraviny konzumují pravidelně.

Další studie, publikovaná v roce 2018, zjistila, že koláče pečené v allobalu nebo hliníkových formičkách obsahovaly výrazně vyšší hladiny hliníku, které se dále zvyšovaly v případě jejich prodlouženého skladování v materiálech z hliníku.

Narozdíl od toho, studie z roku 2023 financovaná *Evropskou asociací hliníkových fólií* zjistila, že jakékoli zvýšení hladin hliníku v těle ze stravy s vysokou expozicí je obecně malé a zvrátitelné. Nadměrný hliník byl údajně vyloučen nebo snížen na základní úroveň do deseti dnů od ukončení expozice.

Dr. Exley zdůrazňuje potřebu informovanosti a uvádí, že kumulativní vystavení hliníku z různých zdrojů – kromě hliníkové fólie – může být problémem.

„Není to jen hliníková fólie, které musíme věnovat zvýšenou pozornost – je to kumulativní vystavení hliníku v našem každodenním životě,“ řekl.

Autor: Lance D. Johnson,
Zdroj: naturalnews.com ,
Zpracoval: Badatel.net



Související články

- Míra ADHD u amerických školáků je nyní 1 z 9, přičemž hlavní příčiny se ignorují
- Německá neuroložka varuje před rouškami: „Nedostatek kyslíku způsobuje trvalé poškození mozku, hlavně u dětí“
- Vertigo (nevolnosti, točení hlavy, migrény aj.): Příčiny, příznaky a léčba
- Zjistilo se, že ivermektin funguje i proti Parkinsonovi, depresi, chronickým bolestem, EMF záření a dalším věcem