



Hepimiz hükümet ve gıda endüstrisi tarafından kanola yağı gibi işlenmiş bitkisel yağların sağlıklı olduğuna ve tereyağı, domuz yağı veya hindistan cevizi yağı ile gelen doğal doymuş yağların kanser, kardiyovasküler hastalıklar ve obezite riskini arttırdığını düşündüren eğitimler aldık.

Kanola yağı sağlıklı bir yağ olarak pazarlanmakla birlikte, sağlıklı bir şey değildir. Güvenilir danışma grupları ve hükümetin diyet rehberi tarafından büyük bir baskı yapılmasına neden olan, ucuz, son derece kararsız ve tahrik edici bir yoldur.

Yıllardır bilim adamları, hükümetler, beslenme uzmanları ve doktorlar tarafından doymuş yağların kullanılmasının durdurulması ve bunun yerine işlenmiş bitkisel yağlar kullanılması söylendi. Bununla birlikte, obezite, kardiyovasküler hastalıklar ve kanser hala yükselişte.

Kanola Yağı ile İlgili Sorun

Kanola yağı çok toksik genetiği değiştirilmiş kolza tohumlarından gelir. Geçmişte, kolza yağı, mumlar, sabunlar, rujlar, yağlayıcılar, mürekkepler, biyoyakıtlar ve hatta böcek öldürücülerde kullanılıyordu. Her nasılsa bu sanayi yağı akşam yemeğimize doğru yol aldı.

Bununla birlikte, 1956'da ABD Gıda ve İlaç İdaresi (FDA), yüksek düzeyde erusik asit nedeniyle kolza yağı kullanımını insan tüketimi için yasaklamıştır. Yetmişli yılların başlarında, kolza üreticileri, azaltılmış erusik asitli bir yağ üretmek için tohumları genetik

olarak değiştirmenin bir yolunu bulmuşlardı.

Petrol piyasaya daha sonra pazarlama amaçları için kanola yağı olarak değiştirilen “Rape Oil” veya “LEAR Oil” (Düşük Erucic Asit Rabı) adı altında tekrar piyasaya sürüldü. Sağlıksız doymuş yağlarda düşük, sağlıklı omega-3 ve yağ asitlerinde yüksek, ilgi çekici bir üründü.

Bu GMO tohumları daha düşük bir erüsik asit içeriğine sahip olabilirken, hibridizasyon ve genetik modifikasyon da oleik asit miktarını arttırdı. Oleik asit, bodur büyümeye, kan trombositlerinde anormalliklere, serbest radikal hasarına ve çeşitli kanser türleri için artmış riske bağlı olmuştur.

Kanola Yağı Hakkındaki Kötü Gerçek

Bugün bile, doymuş yağ tüketimi azalırken kalp rahatsızlığının ve kanserin endişe verici bir oranda artmaya devam etmesine rağmen, insanlar hala sağlıklı olduğuna inanmakta ve hindistancevizi yağı veya organik yağ gibi doğal yağlar yerine aşırı işlenmiş toksik bitkisel çim besleme yağları satın almaktadır.

Kanola yağı ağzınızın herhangi bir yerinde bulunmamasının en önemli üç nedeni aşağıda sıralanmaktadır.

1.Kanola yağının yüzde 90’ı genetik olarak modifiye edilmiştir

Bazı insanlar GDO gıdalarının gelecekte gıda sıkıntılarını gidermemize yardımcı olacağını ve aynı zamanda milyonlarca insanı da zehirlediğini iddia edecektir. Milyar dolarlık GDO endüstrisi, Franken gıdaların (genetiğiyle oynanmış gıda) uzun vadeli etkileri test edilmemiş olsa bile insan tüketimi için güvenli olduğunu iddia ediyor.

Environmental Studies Europe’da yayınlanan 2011 eleştirisinde, genetik olarak modifiye edilmiş gıdalarla 90 gün boyunca beslenen memelilerin böbrek (yüzde 43,5) ve karaciğer (yüzde 30,8) işlevleri önemli derecede azaldığını bildirdi. Bu çalışma, GDO yiyeceğini artan sağlık sorunlarıyla bağlantılı bir çok çalışmadan yalnızca biridir.

2.Kanola yağı genellikle hidrojenlenmiş yağ olarak kullanılır

Kanola çok rafine edilmiş, işlenmiş bir yağdır. Genellikle yüksek sıcaklık ve toksik kimyasallar içeren degumming (fosfolipitlerin giderilmesi), ağartma ve deodorize etme adımlarından geçer. Ayrıca, süreç boyunca kardiyovasküler sorunlara katkıda bulunan zararlı trans yağ asitleri yaratılır.

3.Canola yağı “kimyasal olmayan” zirai ilaçların ana maddesidir

Çoğu GDO besinleri, hayatı tehdit eden birçok meseleye neden olduğu gösterilen yüksek düzeyde pestisit kalıntısı içerir. Üstelik, kanola yağı kendi başına mükemmel bir pestisit, dolayısıyla birçok “kimyasal olmayan” böcek ilacı için önemli bir bileşen olarak kullanılır.

Gıda endüstrisinin sizi bir mutfak masasına ait olmayan zararlı bitkisel yağlar almaya yönlendirmesine izin vermeyin. Genelde pazarlama stratejilerinde, yağlar sağlıklı tekli doymamış yağlar ve omega-3 yağ asitleri içerdiği halde, doymuş yağların yüksek kolesterol düzeylerine ve kalp hastalıklarına neden olduğu genel inancına odaklanırlar.

Kaynak : naturalnews.com

Yorumlar