

Qualche settimana fa, la rivista americana Time ha dedicato una copertina a “Cosa mangiare oggi – Alla scoperta dei miti sul cibo”. All’interno, un ponderoso articolo, ricco di spunti interessanti, firmato da Mehmet Oz, cardiocirurgo, molto famoso negli Stati Uniti come conduttore di un talk show medico, The Dr Oz Show.

L’autore sottolinea il paradosso alimentare del mondo contemporaneo: mentre la fame continua a essere un dramma in molte aree del pianeta, la maggior parte degli occidentali ha accesso illimitato al cibo. Ne produciamo in abbondanza, siamo in grado di conservarlo e proteggerlo da contaminazioni e deterioramenti, e riusciamo addirittura a potenziarne il valore nutrizionale, con vitamine e altri integratori.

Ma la situazione che solo qualche decennio fa poteva sembrare un sogno, si sta rivelando un incubo: l’abbondanza di cibo in Occidente non sta producendo la generazione più sana della storia umana. Anzi: la salute è in declino, con un continuo incremento dell’obesità, di malattie cardiovascolari e diabete. (...)

L'articolo:

<http://www.ilfattoalimentare.it/time-cosa-mangiamo-miti-alimentazione-moderna.html>