

MSG (A SLOW POISON)

MSG (UN LENT POISON)

The food additive MSG (Mono-Sodium Glutamate) is a slow poison.

MSG hides behind 25 or more names, such as Natural Flavouring.

MSG is Even in your favourite coffee from Tim Horton's and Starbuck's coffee shops!

I wondered if there could be an actual chemical causing the massive obesity epidemic, and so did a friend of mine, John Erb. He was a research assistant at the University of Waterloo in Ontario, Canada, and spent years working for the government. He made an amazing discovery while going through scientific journals for a book he was writing called :

The Slow Poisoning of America.

In hundreds of studies around the world, scientists were creating obese mice and rats to use in diet or diabetes test studies. No strain of rat or mice is naturally obese, so scientists have to create them. They make these creatures morbidly obese by injecting them with MSG when they are first born.

The MSG triples the amount of insulin the pancreas creates, causing rats (and perhaps humans) to become obese. They even have a name for the fat rodents they create: «MSG-Treated Rats.»

When I heard this, I was shocked. I went into my kitchen and checked the cupboards and the refrigerator. MSG was in everything :

-- the Campbell 's soups, the Hostess Doritos, the Lays flavoured potato chips, Top Ramen, Betty Crocker Hamburger Helper, Heinz canned gravy, Swanson frozen prepared meals and Kraft salad dressings, especially the 'healthy low-fat' ones.

The items that didn't have MSG marked on the product label had something called 'Hydrolyzed Vegetable Protein, which is just another name for Monosodium Glutamate.

It was shocking to see just how many of the foods we feed our children everyday are filled with this stuff.

L'additif alimentaire MSG (le Glutamate monosodique) est un lent poison.

Le MSG se cache derrière 25 noms ou plus, tel que l'Assaisonnement(Arôme) Naturel.

Le MSG est même dans votre café favori chez Tim Horton et Starbuck!

Je me suis demandé s'il pourrait y avoir un actuel produit chimique causant l'épidémie d'obésité massive, et c'est ce qu'a fait un de mes amis, John Erb. Il était assistant à la recherche à l'Université de Waterloo en Ontario, au Canada, et a passé des années à travailler pour le gouvernement. Il a fait une découverte étonnante en passant en revue des journaux scientifiques pour l'écriture de son livre intitulé :

L'Empoisonnement lent de l'Amérique.

Dans des centaines d'études à travers le monde, des scientifiques créaient des souris et des rats obèses pour les utiliser dans des tests d'études portant sur les régimes ou sur le diabète. Aucune espèce de rat ou de souris n'est naturellement obèse, alors les scientifiques doivent les créer. Ils en font des créatures obèses morbides en les injectant avec du MSG dès leur naissance.

Le MSG triple la quantité d'insuline que le pancréas sécrète, causant l'obésité chez les rats (et peut-être des gens). Ils ont même un nom pour les rongeurs gras qu'ils créent : «RATS TRAITÉS AU MSG».

Quand je l'ai entendu, j'ai été choqué. Je suis allé dans ma cuisine et j'ai vérifié le garde-manger et le réfrigérateur. Le MSG était dans tout :

- Les soupes Campbell, les Doritos Hostess, les chips Lays assaisonnées, la garniture Ramen, le hamburger helper de Betty Crocker, la sauce gravy de Heinz, les repas préparés gelés de Swanson et des sauces à salade Kraft, particulièrement les faible en calories.

Les articles qui n'ont pas fait marquer de MSG sur leur étiquette de produit avaient quelque chose appelé «Protéine Végétale hydrolysée», qui est juste un autre nom pour le Glutamate monosodique.

Il était choquant de voir jusqu'à quel point la nourriture, dont nous alimentons nos enfants

MSG is hidden under many different names in order to fool those who read the ingredient list, so that they don't catch on. (Other names for MSG are «Accent», «Ajinomoto», «Natural Meat Tenderizer», etc.)

But it didn't stop there.

When our family went out to eat, we started asking at the restaurants what menu items contained MSG. Many employees, even the managers, swore they didn't use MSG.

But when we ask for the ingredient list, which they grudgingly provided, sure enough, MSG and Hydrolyzed Vegetable Protein were everywhere.

Burger King, McDonald's, Wendy's, Taco Bell, every restaurant even the sit-down eateries like TGIF, Chili's, Applebee's, and Denny's, use MSG in abundance. Kentucky Fried Chicken seemed to be the WORST offender:

MSG was in every chicken dish, salad dressing and gravy. No wonder I loved to eat that coating on the skin -- their secret spice was MSG!

So why MSG is in so many of the foods we eat? Is it a preservative or a vitamin?

Not according to my friend John Erb. In his book *The Slow Poisoning of America*, he said that MSG is added to food for the addictive effect it has on the human body.

Even the propaganda website sponsored by the food manufacturers lobby group supporting MSG, explains that the reason they add it to food is to make people eat more.

A study of the elderly showed that older people eat more of the foods that it is added to. The Glutamate Association lobbying group says eating more is a benefit to the elderly, but what does it do to the rest of us?

«Betcha can't eat [just] one», takes on a whole new meaning where MSG is concerned! And we wonder why the nation is overweight!

chaque jour, était remplis de cette substance. Le MSG est caché sous plusieurs différents noms pour tromper ceux qui lisent la liste d'ingrédients, ainsi ils ne pourront se tenir à jour. (D'Autres noms pour le MSG sont en anglais : "Accent", "Ajinomoto", "Natural Meat Tenderizer (Attendrissant à Viande Naturelle)", etc)

Mais ça n'a pas arrêté là.

Quand notre famille est sortie manger, nous avons commencé à demander aux restaurants quels articles du menu contenaient du MSG. Plusieurs employés, même les gérants, ont juré qu'ils n'utilisaient pas de MSG.

Mais quand nous demandons la liste d'ingrédients, qu'ils nous procurent, sous toute évidence, à contrecœur, le MSG et la Protéine Végétale Hydrolysée étaient partout.

Burger King, McDonald's, Wendy's, Taco Bell, chaque restaurant même les restaurants de meilleur qualité comme le TGIF, le Chili's, le Applebee's et Denny's, utilise le MSG en abondance. Le restaurant PFK (Kentucky fried chicken) a semblé être le pire contrevenant :

Le MSG était dans chaque plat de poulet, sauce à salade et la sauce brune. Pas étonnant que j'aime manger cette couche sur la peau - leur épice secrète était le... MSG!

Alors pourquoi le MSG est dans autant de produits alimentaires que nous mangeons? Est-ce que c'est un agent de conservation ou une vitamine ?

Pas selon mon ami John Erb. Dans son livre «L'Empoisonnement Lent de l'Amérique», il stipule que le MSG est ajouté à l'alimentation pour l'effet de dépendance que ça provoque chez l'humain.

Même le site Web de propagande commandité par le groupe de lobby des fabricants alimentaires soutenant l'utilisation du MSG, explique que la raison pour laquelle ils l'ajoutent à l'alimentation est pour faire manger davantage les gens.

Une étude sur des personnes âgées a démontré que les gens plus vieux mangent davantage lorsque du MSG est ajouté à leur nourriture. L'association du groupe de lobby pour le MSG dit que de manger plus est une bonne chose pour les gens âgés, mais que fait-il au reste de nous ?

« Je te gage que tu ne peux pas en manger qu'une seule (publicité des chips Lays)», prend une toute

MSG manufacturers themselves admit that it addicts people to their products. It makes people choose their product over others, and makes people eat more of it than they would if MSG wasn't added.

Not only is MSG scientifically proven to cause obesity, it is an addictive substance. Since its introduction into the American food supply fifty years ago, MSG has been added in larger and larger doses to the pre-packaged meals, soups, snacks, and fast foods we are tempted to eat every day.

The FDA has set no limits on how much of it can be added to food. They claim it's safe to eat in any amount. But how can they claim it's safe when there are hundreds of scientific studies with titles like these:

«The monosodium glutamate (MSG) obese rat as a model for the study of exercise in obesity.» Gobatto CA, Mello MA, Souza CT, Ribeiro IA. Res. Commun Mol Pathol Pharmacol. 2002.

«Adrenalectomy abolishes the food-induced hypothalamic serotonin release in both normal and monosodium glutamate-obese rats.» Guimaraes RB, Telles MM, Coelho VB, Mori C, Nascimento CM, Ribeiro. Brain Res. Bull. 2002 Aug.

«Obesity induced by neonatal monosodium glutamate treatment in spontaneously hypertensive rats: An animal model of multiple risk factors.» Iwase M, Yamamoto M, Iino K, Ichikawa K, Shinohara N, Yoshinari Fujishima. Hypertens Res. 1998 Mar.

«Hypothalamic lesion induced by injection of monosodium glutamate in suckling period and subsequent development of obesity.» Tanaka K, Shimada M, Nakao K Kusunoki. Exp Neurol. 1978 Oct.

nouvelle signification lorsque le MSG est impliqué! Et nous nous demandons pourquoi la nation est au-dessus du poids santé!

Les fabricants de MSG, eux-mêmes, admettent qu'ils rendent dépendant les gens à leurs produits. Cela fait que les gens choisissent leurs produits plutôt que ceux des concurrents, et fait manger davantage les gens que si le MSG n'avait pas été ajouté.

Non seulement le MSG a été scientifiquement prouvé comme causant l'obésité, c'est une substance provoquant la dépendance. Depuis son introduction dans l'alimentation américaine, il y a cinquante ans, le MSG a été ajouté en de plus en plus grandes doses aux repas préparés, aux potages, aux casse-croûtes et aux menus de la restauration rapide que nous sommes tentés de manger chaque jour.

La FDA n'a établi aucune limite quant à la quantité qui peut être ajoutée à la nourriture. Ils prétendent qu'il est sécuritaire d'en manger de n'importe quelle quantité. Mais comment peuvent-ils prétendre qu'il est sûr quand il y a des centaines d'études scientifiques avec des titres comme ceux-ci :

«Les rats obèses aux glutamate monosodique (MSG) comme modèle pour l'étude d'exercices chez les obèses.» Gobatto CA, Mello MA, Souza CT, Ribeiro IA. Res. Commun Mol Pathol Pharmacol. 2002.

«L'adrénalectomie supprime la sécrétion de sérotonine hypothalamique tant chez les rats normal que ceux obèse aux MSG.» Guimaraes RB, Tell MM, Coelho VB, Mori C, Nascimento LE CM, Ribeiro. Brain Res. Bull. Août 2002.

«L'obésité provoquée par le traitement néonatale au glutamate monosodique chez des rats spontanément hypertensive : un modèle animal de facteurs de risque multiples.» Iwase M, Yamamoto M, Iino K, Ichikawa K, Shinohara N, Yoshinari Fujishima. Hypertens Res. Mars 1998.

«Des lésions hypothalamiques provoquées par l'injection de glutamate monosodique durant la période d'allaitement et le développement subséquent de l'obésité.» Tanaka K, Shimada M, Nakao k kusumoki. Exp Neurol. Octobre 1978.

No, the date of that last study was not a typo; it was published in 1978. Both the «medical research community» and «food manufacturers» have known about the side effects of MSG for decades.

Many more of the studies mentioned in John Erb's book link MSG to diabetes, migraines and headaches, autism, ADHD, and even Alzheimer's.

So what can we do to stop the food manufactures from dumping this fattening and addictive MSG into our food supply and causing the obesity epidemic we now see?

Several months ago, John Erb took his book and his concerns to one of the highest government health officials in Canada.

While he was sitting in the government office, the official told him, «Sure, I know how bad MSG is. I wouldn't touch the stuff.» But this top-level government official refuses to tell the public what he knows.

The big media doesn't want to tell the public either, fearing issues with their advertisers. It seems that the fallout on the fast food industry may hurt their profit margin. The food producers and restaurants have been addicting us to their products for years, and now we are paying the price for it. Our children should not be cursed with obesity caused by an addictive food additive.

But what can I do about it? I'm just one voice! What can I do to stop the poisoning of our children, while our governments are insuring financial protection for the industry that is poisoning us?

This message is going out to everyone I know in an attempt to tell you the truth that the corporate-owned politicians and media won't tell you.

Non, la date de cette dernière étude n'était pas une erreur de frappe; elle a été publiée en 1978. Tant la «communauté de recherche médicale» que les «manufacturiers alimentaires» connaissaient les effets secondaires du MSG depuis des décennies.

Beaucoup plus des études mentionnées dans le livre de John Erb lient le MSG au diabète, aux migraines et aux maux de tête, à l'autisme, aux DADH et même à l'Alzheimer.

Ainsi que pouvons-nous faire pour arrêter les manufactures alimentaires de mettre ce MSG, engraisant et provoquant une dépendance, dans nos provisions alimentaires et causant l'épidémie d'obésité que nous voyons maintenant ?

Il y a plusieurs mois, John Erb a présenté son livre et ses soucis à un des fonctionnaires gouvernementaux de la santé les plus hauts au Canada.

Tandis qu'il était assis dans le bureau gouvernemental, le fonctionnaire lui a dit, «Bien sûr, je sais à quel point le MSG est mauvais, je ne toucherais pas à cette substance». Mais ce haut fonctionnaire refuse de dire au public ce qu'il sait.

Les grands médias ne veulent pas le dire au public non plus, craignant des problèmes avec leurs commanditaires. Il semble que les retombées sur l'industrie de la restauration rapide pourraient nuire à leur marge de profit. Les producteurs alimentaires et les restaurants nous ont rendu dépendant à leurs produits depuis des années et maintenant nous payons le prix pour cela. Nos enfants ne devraient pas être maudits avec l'obésité causée par un additif alimentaire provoquant une dépendance.

Mais qu'est-ce que je peux faire à son sujet ? Je suis juste une voix! Qu'est-ce que je peux faire pour arrêter l'empoisonnement de nos enfants, tandis que nos gouvernements assurent la protection financière de l'industrie qui nous empoisonne ?

Ce message est envoyé à chacun de vous que je connais dans l'espoir de vous faire connaître la vérité que les entreprises, les politiciens et les médias ne vous diront pas.

The best way you can help to save yourself and your children from this drug-induced epidemic is to forward this article to everyone.

With any luck, it will circle the globe before politicians can pass the legislation protecting those who are poisoning us.

The food industry learned a lot from the tobacco industry. Imagine if big tobacco had a bill like this in place before someone blew the whistle on nicotine?

If you are one of the few who can still believe that MSG is good for us and you don't believe what John Erb has to say, see for yourself.

Go to the National Library of Medicine at www.pubmed.com

Type in the words «MSG Obese» and read a few of the 115 medical studies that appear.

We the public do not want to be rats in one giant experiment, and we do not approve food that makes us into a nation of obese, lethargic, addicted sheep, feeding the food industry's bottom line while waiting for the heart transplant, the diabetic-induced amputation, blindness, or other obesity-induced, life-threatening disorders.

With your help we can put an end to this poison. Do your part in sending this message out by word of mouth, e-mail, or by distribution of this printout to your friends all over the world and stop this «Slow Poisoning of Mankind» by the packaged food industry.

Blowing the whistle on MSG is our responsibility, so get the word out.

La meilleure façon que vous pouvez aider à vous sauver et à sauver vos enfants de cette épidémie provoquée par cette drogue (MSG) est en expédiant cet article à tous et chacun.

Avec un peu de chance, ça circulera autour du globe avant que les politiciens passe une législation protégeant ceux qui nous empoisonnent.

L'industrie alimentaire a appris beaucoup de l'industrie du tabac. Imaginez si les géants du tabac avait eu un projet de loi comme cela en place avant que quelqu'un n'ait dénoncer la nicotine ?

Si vous êtes un des rares qui peut toujours croire que le MSG est bon pour nous et vous ne croyez pas ce que John Erb a à dire, voyez par vous-même.

Allez à la Bibliothèque nationale de la médecine à www.pubmed.com

Tapez les mots suivants : «MSG Obese» et lisez quelques-unes des 115 études médicales qui apparaissent.

Nous, le public, ne voulons pas être des rats dans une expérience géante et nous n'approuvons pas les aliments qui nous transforme en une nation d'obèse, léthargique, en mouton accro, alimentant à la base l'industrie alimentaire pendant que nous attendons la transplantation cardiaque, l'amputation causée par le diabète, la cécité, ou d'autres désordres causés par l'obésité tel que la mortalité.

Avec votre aide nous pouvons mettre fin à ce poison. Faites votre part en propageant ce message du bouche à oreille, par courriel ou par la distribution de cette liste imprimée à vos amis dans le monde entier et arrêtez cet «Empoisonnement lent de l'HOMME» par l'industrie alimentaire emballée.

Dénoncer le MSG est de notre responsabilité, alors passez le mot.

