

I fast food e la cattiva alimentazione

Le catene di fast food si stanno espandendo in tutto il mondo per offrire un servizio più ampio, apprezzato dalla gente che fa del piacere la propria distruzione.

Molti studi hanno dimostrato che i prodotti di queste multinazionali sono nocivi per la nostra salute, ma a renderli ancora più dannosi siamo proprio noi facendone un largo consumo.

Questi cibi “spazzatura” cambiano le loro conseguenze in base alle nazioni. Prendiamo in considerazione una delle catene di fast food più grande al mondo. Quando si passa da un paese europeo ad un altro la differenza è minima ma, spostandoci negli Stati Uniti qui le porzioni triplicano, causando un aumento spropositato del fenomeno dell’obesità: un problema mediatico, economico, politico e culturale, che forse soltanto la medicina può sconfiggere.

Il problema principale di questa crescita indesiderata dipende soprattutto dall’educazione dei ragazzi, poiché se verranno abituati fin da bambini a consumare alimenti controproducenti per la loro salute, continueranno con questo stile di vita per il resto della loro esistenza. Inoltre, a questa complicità si aggiunge anche la questione di praticare attività fisica con regolarità.

Il punto principale dell’interesse delle persone nei confronti di queste catene di fast food è la pubblicità, su cui le multinazionali investono miliardi di euro spingendo i consumatori a provare i loro prodotti, creando nel maggiore dei casi una dipendenza dal loro cibo.

Nel 2004 il giornalista Morgan Spurlock ha sperimentato nel documentario “Super size me” le conseguenze di mangiare un

mese solo nei fast food, tenendo i suoi parametri di salute sempre sotto controllo, rivelando il danno che il consumo spropositato di tali prodotti aveva causato sulla sua pelle.

Oltre a causare problemi di salute, queste catene di fast food hanno un grande impatto ambientale, infatti numerose ricerche hanno dimostrato che la cottura di cibi grassi ad alte temperature causa consistenti emissioni di particelle inquinanti e agenti cancerogeni.

C'è anche da considerare tutta l'acqua utilizzata nella produzione di carne e le zone deforestate per essere utilizzate per il pascolo degli animali e per la produzione di mangime.