

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Przemoc jest konsekwencją złego żywienia



**Niedobór witamin i minerałów w organizmie może prowadzić do niestabilności psychicznej i przemocy w zachowaniu - twierdzą przedstawiciele Weston A. Price Foundation na łamach czasopisma "Wise Traditions".**

Członkowie Weston A. Price Foundation (USA) zastanawiają się nad przyczynami coraz większej fali przemocy wśród ludności amerykańskiej, szczególnie młodzieży, i obwiniają za ten stan nieprawidłowy sposób żywienia, zaznaczając, że za negatywne zmiany w zachowaniu odpowiada brak witamin (A, D, K, B1, B3, B6, B12, kwasu foliowego) i minerałów (jodu, potasu, żelaza, magnezu, cynku, chromu i manganu).

*"Możemy zrzucać winę na przemoc w mediach albo rozpad rodziny, ale faktem jest, że ogromna liczba Amerykanów, konsumujących przeważnie nienaturalne, przetworzone produkty, cierpi na niedożywienie. W wielu przypadkach oznacza to, że ich mózgi głodują"* - mówi Sylvia Onusic, autorka raportu.

Działacze podkreślają, iż ostatnio obserwuje się nawrót chorób związanych z niedoborami żywieniowymi, jak szkorbut, czy pelagra, które, według oficjalnych danych, miały zaniknąć już dawno temu. Przypadłości te nie pozostają bez wpływu na mózg pacjenta.

Na przykład objawy pelagry, związane z niedoborem witaminy B3, obejmują niepokój, nadaktywność, depresję, zmęczenie, bóle głowy, bezsenność i halucynacje. Zbyt małe ilości cynku w organizmie, składnika zawartego w czerwonym mięsie i ostrygach, przyczyniają się do wybuchów złości, agresji i wrogości

*"Jeszcze gorsze są ekscytotoksyny, jak glutaminian sodu i aspartam, wszechobecne w produktach spożywczych. Ludzie, którzy żyją na przetworzonym jedzeniu i piją dietetyczne napoje są w wysokim stopniu narażeni na kontakt z tymi zmieniającymi funkcjonowanie mózgu substancjami"* - ostrzega Onusic.

Autorka wymienia także inne składniki, które mogą sprzyjać agresji: cukier, sztuczne barwniki i aromaty, kofeinę, alkohol i soję. Przypomina, że otaczające nas środowisko nie jest wolne od związków takich, jak: rtęć, arsenik, ołów, środki opóźniające zapłon, pestycydy, metale ciężkie i teflon.

*"Jedynym sposobem na rosnący poziom przemocy jest powrót do naturalnego, pełnowartościowego jedzenia"* - przekonuje Onusic.

Źródło: [www.pap.pl](http://www.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/19264.html>



23-12-2024

## [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## [Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## [Świąteczna apteczka](#)

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

## [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#)

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

## Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

## Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

**Informacje dnia:** [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

### **Partnerzy**