

Beber Coca Cola puede no ser una buena idea.

Después de 10 minutos: Las diez cucharadas de azúcar contenidas en un vaso de Cola suponen un golpe devastador para el organismo. Sin embargo, después de beber una lata de Coca - Cola una persona no vomita inmediatamente, ya que el ácido fosfórico suprime el efecto del azúcar.

Después de 20 minutos: Se produce un aumento de los niveles de insulina en el torrente sanguíneo. El hígado transforma todo el azúcar en grasa.

Después de 40 minutos: La ingestión de la cafeína ya se ha completado. Las pupilas se dilatan. La presión arterial aumenta, ya que el hígado libera más azúcar a la corriente sanguínea. Los receptores de adenosina se bloquean, impidiendo así la somnolencia.

Después de 45 minutos: El cuerpo incrementa la producción de dopamina, una hormona que estimula el centro de placer del cerebro y que tiene el mismo principio de funcionamiento que la heroína.

Después de 1 hora: El ácido fosfórico se une al calcio, al magnesio y al zinc en el tracto gastrointestinal, sobrealimentando así el metabolismo. Aumenta la eliminación de calcio a través de la orina.

Después de más de 1 hora: Se hace sentir el efecto diurético de la bebida. El organismo elimina calcio, magnesio y zinc, componentes de los huesos, así como el sodio. En este momento la persona se siente irritable o débil.

En este contexto True Activist se pregunta si los consumidores son conscientes del 'cóctel' que están ingiriendo cuando beben una botella de Coca-Cola y disfrutan de su innegable efecto refrescante.

El ingrediente activo de la Coca - Cola es el ácido ortofosfórico. Debido a su alta acidez, las cisternas en las que se transporta el concentrado tienen que ser resistentes a materiales altamente corrosivos. En general, la composición de uno de los productos más promocionados de la compañía Coca - Cola, la Coca - Cola Light sin cafeína, deja mucho que desear.

Esta bebida contiene agua carbonatada, E150d, E952, E950, E951, E338, E330, E211 y aromas.

El agua carbonatada es agua con gas. Provoca secreción gástrica, incrementa la acidez del jugo gástrico y causa flatulencia. Además, no se utiliza agua mineral, sino agua convencional filtrada.

E150d: es un colorante alimenticio obtenido al procesar azúcar a determinadas temperaturas, con o sin adición de reactivos químicos. En el caso de la Coca-Cola, se le agrega sulfato de amonio.

E952: es ciclamato sódico, un sustituto del azúcar. El ciclamato es un producto químico sintético con un sabor 200 veces más dulce que el azúcar y que se utiliza como [edulcorante artificial](#). En 1969 fue prohibido por la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE.UU. (FDA), ya que esta sustancia, igual que la sacarina y el aspartamo, causó cáncer en la vejiga urinaria de ratas. En 1975 empezó a prohibirse también en Japón, Corea del Sur y Singapur. En 1979 la OMS (Organización Mundial de la Salud) volvió a permitir el uso de ciclamatos.

E950: es acesulfamo de potasio, un compuesto 200 veces más dulce que el azúcar que contiene éter de metilo y agrava el funcionamiento del sistema cardiovascular. Asimismo, contiene ácido aspártico, una sustancia que también puede excitar el sistema nervioso y con el tiempo puede crear adicción. El acesulfamo se disuelve de mal y no se recomienda que lo consuman niños ni mujeres embarazadas.

E951: es [aspartamo](#), utilizado como sustituto del azúcar en productos para diabéticos. Es químicamente inestable, ya que a temperaturas elevadas se descompone en metanol y fenilalanina. El metanol es muy peligroso: entre 5 y 10 mililitros son suficientes para destruir el nervio óptico y causar ceguera irreversible. Cuando los refrescos se calientan el aspartamo se transforma en formaldehído, un potente carcinógeno.

E338: es ácido ortofosfórico. Puede causar irritación de la piel y los ojos. Se utiliza para la producción de sales de ácido fosfórico de amoníaco, sodio, calcio, aluminio y también en la síntesis orgánica para la producción de carbón vegetal y cintas de película, de materiales refractarios, cerámica, vidrio, fertilizantes, detergentes sintéticos, y en la industria médica, metalúrgica, textil y del petróleo.

E330: ácido cítrico. Está muy extendido en la naturaleza y se utiliza en la industria farmacéutica y en la alimentaria. Las sales de ácido cítrico (los citratos) se usan en la industria alimentaria y, en medicina, para conservar la sangre.

E211: es benzoato de sodio, utilizado como agente antiséptico y antifúngico en productos alimenticios como confituras, zumos y yogures de frutas. No se recomienda que lo consuman los asmáticos y las personas que son sensibles a la aspirina. Un estudio realizado por Peter Piper, de la británica Universidad de Sheffield, desveló que este compuesto causa un daño significativo al desactivar el ADN. Esto puede derivar en cirrosis y en enfermedades degenerativas como el párkinson.

Los aromas son aditivos aromáticos desconocidos.

La Coca-Cola Diet es todavía peor, ya que el aspartame, que reemplaza el azúcar en este refresco, convierte la bebida en un veneno neurotóxico puro.

True Activist destaca que la aplicación más adecuada para la Coca-Cola es como producto para limpiar motores de camiones y eliminar el óxido de los tornillos, o también como quitamanchas o pesticida, como ya hacen en diversas partes del mundo.

El señor es Lyle Hurd, Publicista y editor de la revista Salud total (Total Health Magazine); y la señora es Gloria Gilbere, es medico homeopata.

Más información: www.pepsalud.org