“Somos lo que comemos”

¿Sabías que gran parte de los alimentos que compras contienen **transgénicos**?

semillas de vida

Vía Orgánica

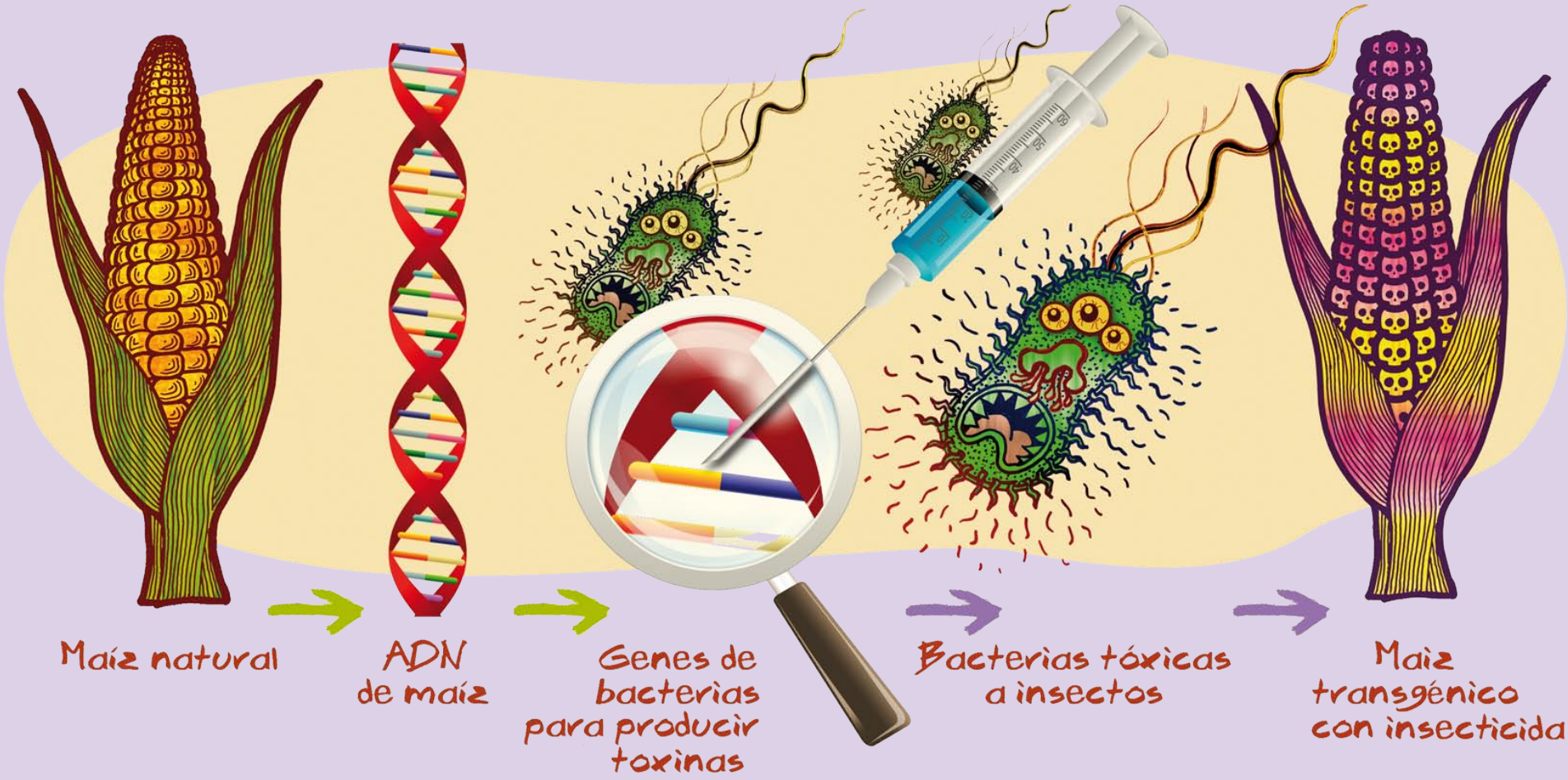
Red Indígena y Campesina para el Desarrollo Agroecológico RICDA

Food First Institute for Food & Development Policy

¿Qué son los transgénicos?

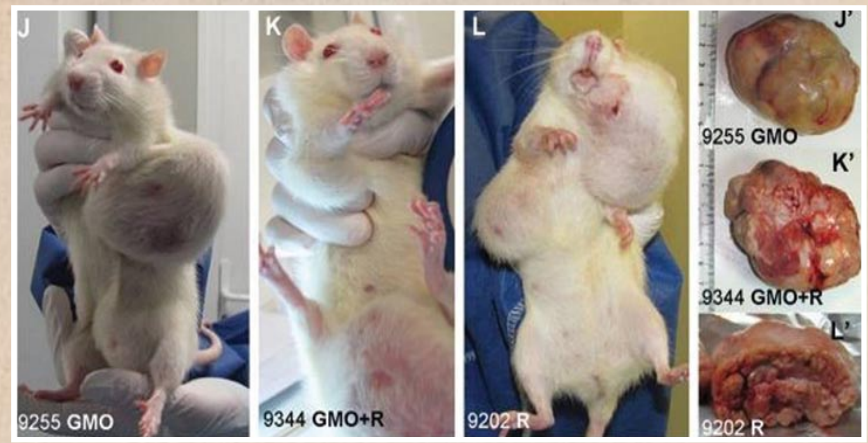
Los organismos genéticamente modificados (OGM) o transgénicos, son seres vivos (plantas, animales, bacterias, virus) que han sido alterados mediante la introducción de genes de otros seres vivos, combinando a veces diversas especies. Esto se logra a través de complicadas técnicas de laboratorio, generando especies nuevas que jamás existirían de manera natural. Así por ejemplo, toman el gen de una bacteria y lo introducen al maíz, creando un organismo nuevo con el fin de que produzca su propio insecticida.

Productos de cultivos transgénicos como soya, maíz, canola, arroz y otros, son usados ampliamente por las industrias para la elaboración de gran número de alimentos.



Numerosos estudios científicos demuestran graves riesgos a la salud por consumo de alimentos transgénicos

- Ratas y ratones alimentados por dos años con maíz transgénico presentaron tumores, deficiencias en hígado y riñones, problemas de fertilidad, inmunológicos, envejecimiento acelerado, regulación defectuosa de la insulina y cambios en los principales órganos y el sistema gastrointestinal.*



http://www.ogm-alerte-mondiale.net/?lang=fr%20%5B.mp4%5D%20%5B.ogv%5D

***Referencia científica:**

Seralini Gelles-Eric. 2012. Long term toxicity of a Roundup-tolerant genetically modified maize. Foold Chemical Toxicology Laurent Payet Press Agent http://research.sustainablefood-trust.org/wp-content/uploads/2012/09/Final-Paper.pdf Criigen: http://www.criigen.org/SiteFr/index.php?option=com_content&task=view&id=415&Itemid=1

De Vendômois JS, Roullier F, Cellier D, Séralini GE. 2009. A Comparison of the Effects of Three GM Corn Varieties on Mammalian Health. International Journal of Biological Sciences; 5(7):706-726. http://www.biolsci.org/v05p0706.htm

Velimirov Alberta, 2008. Forschungsinstitut für biologischen Landbau – FiBL Österreich. Report Biological effects of transgenic maize NK603xMON810 fed in long term reproduction studies in mice. Forschungsberichte der Sektion IV Band 3/2008 Bundesministerium für Gesundheit, Familie und Jugend, Sektion http://www.biosicherheit.de/pdf/aktuell/zentek_studie_2008.pdf

- Presencia de toxinas producidas por transgénicos en sangre de fetos y mujeres embarazadas.

  Aris A, Leblanc S. 2011. Maternal and fetal exposure to pesticides associates to genetically modified foods in Eastern Townships of Quebec, Canada. Reprod. Toxicol Doi: 10.1016/j.reprotox. http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890623811000566

- Se ha encontrado herbicida (glifosato), utilizado en el cultivo de transgénicos en orina de personas.

  Dirk Brändli und Sandra Reinacher, 2012. Herbicides found in human urine. Journal Ithaka. Alemania. 1/2012: 270–272. www.ithaka-journal.net original alemán aquí: http://www.ithaka-journal.net/herbizide-im-urin

- Herbicidas producen efectos teratogénicos (malformaciones embrionarias) en vertebrados.

  Paganelli Alejandra, Victoria Gnazzo, Helena Acosta, Silvia L. López, and Andrés E. Carrasco. 2010. Glyphosate-Based Herbicides Produce Teratogenic Effects on Vertebrates by Impairing Retinoic Acid Signaling. Chemical Research in Toxicology, 23 (10), pp 1586–1595 http://pubs.acs.org/doi/abs/10.1021/tx1001749

- Riesgo de que partículas del ADN y proteínas de los OGMs sean absorbidas por el tracto gastrointestinal. Fragmentos de ADN ajeno persisten vivos después de su ingestión y pueden integrarse en el genoma del receptor.

  Palka-Santani et al, 2003. The Gastrointestinal Tract as the Portal of Entry for Foreign Macromolecules: Fate of DNA and Proteins. Mol Gen Genomics. Nov; 270(3): 201-15. Epub 2003 Aug 23. http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12938039

  Traavik Terje, Heinemann Jack, 2006. Genetic Engineering and Omitted Health Research: Still No Answers to Ageing Questions. Scandinavian Journal Immunology 49, 578–584. http://stopogm.net/sites/stopogm.net/files/Traavik2006.pdf

- La Academia Americana de Medicina Ambiental hace un llamado para la moratoria inmediata sobre los alimentos genéticamente modificados debido a que son un serio riesgo a la salud en las áreas de toxicología, alergias, inmunología, salud reproductiva, metabólica, fisiológica y genética.

  Dean Amy L., 2009. The American Academy Of Environmental Medicine Calls For Immediate Moratorium On Genetically Modified Foods. Public Relations Chair Member. Board of Directors American Academy of Environmental Medicine 734-213-4901 environmentalmed@yahoo.com http://www.aaemonline.org/gmopressrelease.html

¡Lee las etiquetas y decide!

La mayoría de los productos alimenticios industrializados que se venden tienen al menos un ingrediente transgénico, y esto no podemos saberlo porque no lo dicen en sus etiquetas. La industria biotecnológica ha convencido a los gobiernos de que el etiquetado de los alimentos transgénicos no es necesario.

Los consumidores tenemos el derecho de saber lo que compramos, y así poder decidir si queremos consumir transgénicos o no. Algunos países como Francia etiquetan:

¿Por qué venden maíz transgénico producido en México, si en nuestro país aún no hay permiso para su siembra comercial?

Frecuentemente, los alimentos procesados ocultan la fuente genéticamente modificada (a menos que sean orgánicos o que especifiquen que no contienen organismos genéticamente modificados).

Los siguientes ingredientes podrían estar hechos de organismos genéticamente modificados (ogm's):*

- aceite vegetal
- aceites de canola, soya, maíz, y algodón
- ácido ascórbico (vitamina C)
- ácido cítrico
- ácido glutámico
- ácidos grasos
- ácido láctico
- ácido oléico
- alimentos modificados de almidón
- almidón modificado
- aspartame, (también llamado NutraSweet®, Canderel®, Equal®)
- azúcares
- azúcar de maíz
- caramelo (E150)
- celulosa
- dextrina
- dextrosa
- diacetil
- diglicéridos
- emulgentes
- eritritol
- extracto de malta
- fenilalanina
- fructuosa (en cualquiera de sus formas)
- glicéridos
- glisina
- gliserol
- gliserina
- glucosa
- glutamato
- glutamato monosódico
- goma xantana
- grasa vegetal
- harina de maíz
- harina de soya
- hidrogenados
- isoflavinas
- isomaltosa
- leche condensada
- leche de soya
- leche en polvo
- lecitina (E322)
- lecitina de soya
- levadura en polvo
- lisina
- maicena
- malta
- malitol
- maltodextrina
- maltosa
- manitol
- meticelulosa
- milo de almidón
- margarina
- proteína aislada
- proteína de soya
- proteína vegetal hidrolizada
- salsa de soya
- soya
- tamari
- teriyaki
- tofu
- triglicéridos
- vitamina B12
- vitamina E
- jarabe de glucosa
- jarabe de maíz de alta fructuosa
- jarabe de malta
- sorbitol (E420)

*"Non-GMO Shopping TIPS", Institute for Responsible Technology, responsibletechnology.org

¡PELIGRO! PUEDE CONTENER TRANSGÉNICOS

¡PELIGRO! PUEDE CONTENER TRANSGÉNICOS

Ejemplos de productos que NO aseguran estar libres de ingredientes transgénicos*

Cereales

Aceites

Sopas

Botanas

Bebidas

*Referencia: Guía de transgénicos y consumo responsable "¿Y tú···Sábes lo que comes?"de GREENPEACE disponible en la página web: www.greenpeace.org.mx

¡PELIGRO!
PUEDE CONTENER TRANSGÉNICOS

¡PELIGRO!
PUEDE CONTENER TRANSGÉNICOS

Harinas, tortillas, panes y galletas

Dulces, endulzantes y postres

Mayonesas, salsas y aderesos

¿Cómo podemos cuidar nuestra alimentación, nuestra salud y la de nuestros hijos?

Los mercados de México encierran una gran riqueza cultural y alimenticia.

Son una tradición y nos brindan una sana alimentación.

Qué puedes hacer:

1. Consume productos frescos; evita productos altamente procesados e industrializados. Así evitas también azúcares, grasas parcialmente hidrogenadas (trans), aditivos, colorantes y conservadores.
2. Elige productos frescos directos del campo, provenientes de pequeños productores, que se venden en tianguis y mercados.
3. Abstente de comprar a compañías que no respetan tu salud, ni a los campesinos, ni al medio ambiente.
4. Disfruta de la gran variedad de nuestros alimentos que son altamente nutritivos como: huazontles, quelites, verdolagas, nopales y frutas de temporada.
5. Disfruta de la gran variedad de semillas y frutos secos que se encuentran en los mercados como avena, linaza, amaranto, pasitas, nueces, etc. Haz tus propias combinaciones
6. Prepara aguas frescas con frutas de la estación. Al agua de limón agrégale semillas de chía que son muy nutritivas.
7. Que tus botanas sean sanas: palomitas de maíz (no industrial para microondas), pepitas de calabaza, cacahuates con cáscara, frutas y verduras frescas.
8. Cuida los alimentos que consumen tus hijos en la escuela y con sus amigos.
9. Comparte con tu familia y amigos esta información. ¡Invítalos a actuar para que poco a poco, entre todos, podamos mejorar nuestra alimentación.

Estos son algunos productos que SÍ aseguran estar libres de ingredientes transgénicos*

Pastas, harinas, cereales, panes y galletas

La Moderna
Manantial de las flores
quali
Tres Estrellas
San Miguel
Food for Life Ezekiel 4:9
Fiiller
rivero
Santiveri nutrición y vida
Eden Organic
Gallo
Pantificio Riscossa
Divella
Gallina Blanca

Arroz

Pijije
Arroz SOS
La Merced
Verde Valle

Bebidas

Pascual
Deliciosa Mango
Villa de Patos Desde 1980
Tazo
Boing!
eek'o orgánica
Aires de Campo

Aceites

Oléico
Crisol

Salsas, aderesos, dulces, endulzantes y postres

sanomundo
Cusibani Volviendo a la vida
Conservas artesanales del Rancho El Amate
flor de alfalfa
Amrit Natural Boost
Ferrero Rocher
kinder
Enature
nutella Ferrero
de la Rosa
Vaquita

*Referencia: Guía de transgénicos y consumo responsable "¿Y tú···Sábes lo que comes?"de GREENPEACE disponible en la página web: www.greenpeace.org.mx

Por tu salud y la de tus hijos...
¡Tú decides!

Infórmate y pasa la voz
a otras personas.

¡Defendamos nuestro
derecho a una
alimentación sana!

¡Cuida el ambiente
y tu salud!

!No consumas
transgénicos!

Para saber más acerca de los transgénicos te sugerimos ir a:

www.semillasdevida.org.mx

Fundación Semillas de Vida, A.C. es una organización que trabaja por una alimentación sana desde las semillas, sin fines de lucro, independiente y sin relación comercial con proveedores de alimentos.

Ilustración del proceso transgénico: Mauricio Gómez Morin Diseño: María Murrieta Salazar Abril 2013