

### [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>



27-03-2025

## [Jak otworzyć laboratorium?](#)

Laboratorium może być dobrym pomysłem na biznes.



26-03-2025

## [Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo](#)

Dziękujemy wszystkim, którzy odwiedzili nas.



26-03-2025

## [W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki](#)

Trójwymiarowy druk może stać się z czasem jednym z filarów produkcji.



26-03-2025

## [Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w...](#)

W aż puli 66 mln zł.



26-03-2025

## [Błonica - choroba groźna także dla dorosłych](#)

Po 40. roku życia choroba staje się równie groźna.



26-03-2025

## [87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

W 2024 roku z hejtem zetknęło się 45 proc. internautów.



26-03-2025

## [Nowe materiały do budowy okrętów wojskowych](#)

Naukowcy z Politechniki Wrocławskiej pracują nad nimi.



26-03-2025

## [Mandimycyna - nowy potencjalny środek przeciwgrzybiczy](#)

Zabija grzyby odporne na wiele leków.

**Informacje dnia:** [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

**Partnerzy**