

## Ce produit est vendu en grande surface : un scandale ?

Composition chimique du produit :

Eau (90,9%), sucres (4,9%) (dont fructose 50%, glucose 41%, saccharose 9%), fibre de cellulose E460 (2%), sels minéraux, acides gras (<1%) (dont acide gras oméga-6 : acide octadécadiénoïque 42%, acide hexadécaénoïque 6%, acide octadécanoïque <1%), acides aminés <1%, (dont acide aspartique 26%, acide glutamique 17%, leucine 6%, alanine 6%, lysine 5%, glycine 5%, arginine 5%, proline 4%, sérine 4%, tyrosine 4%, thréonine 4%, isoleucine 3%, phénylalanine 3%, valine 3%, histidine 2%, tryptophane 1%, cystéine 1%, méthylbutanoate de 2-méthyl-octyle, ionine <1%), conservateurs (dont E236, E296), colorants (dont E160a, E161b, E161c, E140, E161d, E161e, E161g, E161h), E300, E307, folate, choline, bêtaïne, phytostérols, arômes (dont 2,5-diméthyl-4-hydroxy-2H-furan-3-one, gamma-décalactone, gamma-dodécalactone, 2-furfural, 5-hydroxyméthylfurfural, limonène, linalol, (E)-nérolidol, E1510, hexanol, octanol, butanoate de méthyle, butanoate d'éthyle, hexanoate de méthyle, éthanoate d'hexyle, éthanoate de (E)-2-hexène-1-yle, éthanoate de butyle, octanoate de méthyle, octanoate d'éthyle, butanoate de 2-méthyl-octyle, hexanoate d'octyle, butanoate de décyle, éthanoate de décyle, méthanthiol, 3-méthylbutanoate d'éthyle, géraniol, E210, acétate de farnésyle, mésifurane, anthranilate de méthyle, méthional, diméthoxyméthane, 1-butoxy-1-éthoxyéthane, 2-(4-hydroxyphényl)-éthyl-bêta-D-glucopyranose).

Si vous répondez « Oui, laisser ce produit en vente libre est un scandale ! », je ne vous félicite pas : ce produit est une fraise à l'état naturel ! A noter : j'ai fait la même erreur.

Source : Durand T.C. *L'esprit critique pour les nuls*. Editions First, 2023

## « Naturel »

Adjectif fourre-tout utilisé pour parler des animaux, des plantes, des minéraux.

Pour certains, la nature est bonne, généreuse et suffisante pour nous garantir une bonne santé, sans avoir recours aux productions humaines. Pour d'autres, elle n'est fréquentable qu'avec de bonnes chaussures, une tenue confortable, des protections efficaces, une crème anti-moustique et l'accès à un refuge proche en cas de problème.

Plus on dispose de moyens de canaliser la nature, plus on en parle en l'idéalisant. La plupart des produits vendus avec l'appellation « naturel » sont le fruit d'une production humaine respectant un protocole qui n'existe pas dans la nature.

En médecine, les relations naturelles entre organismes vivants sont schématisées en 3 états possibles : antagonisme, renforcement mutuel ou coexistence pacifique. Exemple : un grand nombre de microbes (bactéries, virus, champignons) cohabitent paisiblement avec les humains ou, même, leur facilitent la vie : les milliards de bactéries présentes dans ou à la surface du corps humains apportent une protection naturelle contre d'autres bactéries, « pathogènes », qui rendent malade. Quand la protection naturelle ne suffit plus, les soignants proposent aux patients de renforcer leurs défenses : alimentation spécifique, comportement et environnement protecteurs, sport, vaccins, médicaments, soins, etc.

Source : Dubos R, Escande JP. *Chercher*. Stock éd, 1979.

## Météo antibio

Grippe, Covid19, infection respiratoire aiguë, gastro-entérite, pollens, pollution aérienne

Météo de votre région:  
<https://epidmeteo.fr>

## Ordonnance de Nouvel an

- 1 page matin et soir pendant 3 mois
- Ne pas dépasser la dose prescrite (risque d'addiction)



## Quiz

### « Maladie rare » ?

Qu'est ce qui est rare dans cette maladie ?  
Cochez la ou les bonnes réponses.

- le traitement
- la cause
- les malades
- les experts de cette maladie.

Réponse dans le Doc du jeudi n°2023-51  
en ligne sur <https://docdujeudi.org>

Pour s'abonner :  
<https://docdujeudi.org/abonner.htm>