

# PELIGROS DE LAS OLLAS COMUNES Y EL MILAGRO DE LAS OLLAS DE BARRO

Piero Mistiko



Quien podría pensar que las ollas que usaron nuestros antiguos pobladores del sur de lima serian las mejores y mas adecuadas para cocinar los alimentos que comemos cada día.

Se a puesto a pensar cuanto daño le causa a su organismo el ingerir comida preparada en las ollas típicas de aluminio o de teflón aquí una pequeña reseña.

## Olla de Aluminio:



Actualmente en los comercios se venden cacerolas de aluminio y teflón sabiendo el peligro que representan.

Hace años cuando se constató que los recipientes de aluminio no son inertes, sino que pueden emitir partículas a la comida. (Eso no evita, sin embargo, que muchos restaurantes y cantinas de colegios y empresas sigan utilizando cacerolas de este material). Tasas elevadas de aluminio han sido relacionadas con pérdida de memoria, senilidad precoz y Alzheimer. Conviene, por tanto, ser cauteloso con este material, y sobre todo, evitar que entre en contacto con comida caliente.

Las ollas de aluminio que segun ultimos estudios es culpable del mal alzheimer (visitar <http://www.doctorperezalbela.com/art01.html> web del doctor Perez Albela) y muchas enfermedades degenerativas e incurables como las esclerosis múltiple, soriasis y otras enfermedades auto inmunes. Ya que el aluminio es uno de los metales mas tóxicos se acumula con el tiempo en todo el organismo siendo los más dañados el cerebro, hígado y los riñones.

### **QUIMICOS QUE CAUSAN ESTE TIPO DE OLLAS:**

\*Hervir agua en un recipiente de aluminio produce oxido clorhídrico, que es venenoso.

\*Hervir un huevo en un recipiente de aluminio produce fosfato, que es venenoso.

\*Hervir carne en un recipiente de aluminio produce cloruro, que es venenoso.

\*Freír tocino ahumado (bacon) en un recipiente de aluminio produce un poderoso ácido narcótico, que en grandes cantidades causa coma y en cantidades excesivas causa la muerte.

\*Todos los vegetales que se cocinan en aluminio producen óxido clorhídrico, un tóxico que neutraliza los jugos gástricos digestivos, privándolos de su valor para digerir la comida y que produce disturbios gastrointestinales y del estomago, tales como úlceras y colitis.

\*El veneno causado por el aluminio causa acidosis, lo cual destruye los glóbulos rojos y produce una condición similar a la anemia.

## Cocinar con ollas de teflón:



El material anti-adherente más a la moda actualmente es el teflón, un producto que se suponía inocuo. Pero los consumidores ya vamos sabiendo que cuando un producto se declara inocuo, eso significa que lo es hasta donde se sabe. De acuerdo con lo descubierto en recientes estudios, es necesario utilizarlo con cierta precaución.

A partir de los 370 grados el teflón libera hasta 15 gases tóxicos, dos de los cuales son de naturaleza cancerígena. ¿Quién pone la sartén a esa temperatura? Se preguntará más de una. A lo que cabe responder ¿y quien no se ha dejado nunca la sartén en el fuego?

Y otra pregunta: cómo sabemos que no hay interacción entre el aceite hirviendo y el teflón? Cuando el teflón se calienta por encima de los 240°, las emisiones pueden acabar con la vida de un pájaro que se encuentre cerca.

El pájaro resulta afectado es porque su escaso peso requiere una dosis mucho más pequeña para que el tóxico sea letal. Pero este dato debería ser suficiente como para tomar ciertas precauciones, mientras se descubre más acerca de la seguridad del teflón.

## LA SOLUCIÓN ESTA MAS CERCA DE LO QUE PENSAMOS:



### **LAS ANCESTRALES Y MARAVILLOSAS OLLAS DE BARRO:**

Son excelentes materiales, sobre todo para las personas las que quieren cuidar su salud, no contaminan como las demás algunos consideran, por razones en parte gastronómicas, que el barro es el mejor material para numerosas cocciones, en especial, en seco o con muy poca agua. En cualquier caso es el más natural y antiguo material utilizado por el hombre en la cocina.

El material básico de estas ollas de barro, es la arcilla, que es una tierra plástica, grasa, blanda e impermeable, capaz de conservar indefinidamente, una vez cocida, la forma que se le dio. En Japón se hallaron vasijas de barro cuyos orígenes se calculan en 12.000 años A.C.

El sílice es el segundo mineral más importante del cuerpo humano. En la composición de la arcilla entran **minerales** y metales similares a los del cuerpo humano, por eso, todos los utensilios realizados en barro son ideales para uso culinario.

# EN SANTO DOMINGO DE LOS OLLEROS:

Se elaboran diversos tipos de recipientes modalidad característica de la localidad. la alfarería es una actividad estacional pues normalmente sólo se ejerce entre abril y noviembre, temporada en que debido a la ausencia de lluvias las vasijas pueden secar adecuadamente.

Por otra parte es un lugar turístico muy cerca de lima que uno se sorprendería con lo bello del valle.

MÁS INFORMACION EN LA MUNICIPALIDAD DE SANTO DOMINGO DE LOS OLLEROS:

**Fuente:** <http://notaspieromistiko.blogspot.com/2011/08/peligros-de-las-ollas-comunes-y-el.html?sref=fb>

**Anexo:**

**Mas noticias sobre Ollas de Barro**

<http://www.facebook.com/pages/MUNICIPALIDAD-DE-SANTO-DOMINGO-DE-LOS-OLLEROS/136640403090102#!/olleroshuarochiri>

<http://www.facebook.com/pages/MUNICIPALIDAD-DE-SANTO-DOMINGO-DE-LOS-OLLEROS/136640403090102#!/video/video.php?v=146680965416421&oid=136640403090102&comments>

<http://www.facebook.com/pages/MUNICIPALIDAD-DE-SANTO-DOMINGO-DE-LOS-OLLEROS/136640403090102#!/video/video.php?v=146679692083215&oid=136640403090102&comments>

[http://www.muniolleroshuarochiri.gob.pe/portal/index.php?option=com\\_content&view=article&id=140&Itemid=149](http://www.muniolleroshuarochiri.gob.pe/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=140&Itemid=149)