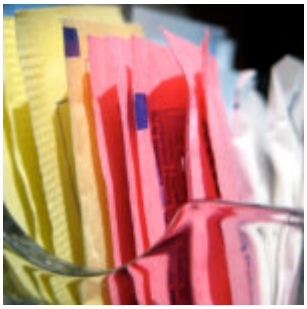
Nowe badania wykazały, że powszechnie stosowany „bezcukrowy” słodzik sorbitol ma związek z chorobami wątroby



- Sorbitol jest metabolizowany w wątrobie do fruktozy, co bezpośrednio wiąże jego spożycie ze szkodliwymi procesami metabolicznymi powodującymi stłuszczenie wątroby i zaburzenia metaboliczne, podobnie jak w przypadku zwykłego cukru.
- Negatywny wpływ sorbitolu na zdrowie zależy w dużej mierze od mikrobiomu jelitowego danej osoby. Określone pożyteczne bakterie mogą rozkładać sorbitol, zanim dotrze on do wątroby; bez tych bakterii sorbitol przechodzi bezpośrednio do wątroby, gdzie jest przekształcany w tłuszcz.
- System może zostać przeciążony wysokim poziomem sorbitolu pochodzącego z dwóch źródeł: nadmiernego spożycia „bezzakładowych” produktów dietetycznych oraz wewnętrznej produkcji sorbitolu przez organizm w wyniku wysokiego spożycia glukozy.
- Badania te podważają podstawy kultury „dietetycznej”, ujawniając, że sorbitol i inne substytuty cukru nie są nieszkodliwymi alternatywami i mogą pogłębiać problemy

metaboliczne, szczególnie u osób z cukrzycą, które stosują je jako „bezpieczną” opcję.
- Wyniki badań sugerują, że nie ma prostego, pozbawionego poczucia winy substytutu cukru, a najlepszą drogą do zdrowia jest dieta oparta na pełnowartościowych, nieprzetworzonych produktach spożywczych, a nie na słodzikach wytworzonych laboratoryjnie.

W odkryciu, które podważa podstawy współczesnej kultury dietetycznej, przełomowe badania przeprowadzone przez Washington University w St. Louis ujawniły, że sorbitol, popularny alkohol cukrowy stosowany w niezliczonych produktach „bezcukrowych” i „dietetycznych”, nie jest tak nieszkodliwym substytutem, jak długo sądzono.

Badanie, opublikowane w prestiżowym czasopiśmie „Science Signaling”, dostarcza przekonujących dowodów na to, że sorbitol może być metabolizowany w wątrobie do fruktozy, co bezpośrednio łączy jego spożycie z tymi samymi szkodliwymi procesami, które powodują stłuszczenie wątroby i zaburzenia metaboliczne. Odkrycie to, dokonane pod kierownictwem renomowanego naukowca Gary’ego Pattiego, zmusza do ponownej oceny sztucznych i alternatywnych substancji słodzących, które miliony ludzi spożywają codziennie, starając się prowadzić zdrowszy tryb życia.

Od dziesięcioleci toczy się wojna o zdrowie publiczne przeciwko rafinowanemu cukrowi. W odpowiedzi powstała wielomiliardowa branża, oferująca mnóstwo syntetycznych i pochodnych cukru alternatyw, obiecujących radość słodyczy bez kalorii. Produkty zawierające aspartam, sukralozę i alkohole cukrowe, takie jak sorbitol, stały się podstawą diety osób kontrolujących wagę i cukrzycę, uznawane za bezpieczne schronienie w świecie słodkich produktów spożywczych. Nowe badania sugerują jednak, że zaufanie to mogło być niebezpiecznie nieuzasadnione, ujawniając, że odejście od cukru może prowadzić do tego samego problematycznego celu:

uszkodzenia wątroby.

Istotą odkrycia jest proces metaboliczny sorbitolu. Sorbitol jest chemicznie bardzo podobny do fruktozy, cukru znanego ze swojej roli w powstawaniu stłuszczenia wątroby, które dotyka aż 30% dorosłych na całym świecie. Zespół badawczy odkrył, że sorbitol jest w zasadzie „jedną transformacją od fruktozy" w organizmie. Dzięki eksperymentom na rybach zebrafish, powszechnie stosowanym modelu do badań metabolizmu człowieka, zespół Patti wykazał, że sorbitol spożywany w produktach dietetycznych lub wytwarzany naturalnie w organizmie może przedostawać się do wątroby i być przekształcany w pochodną fruktozy.

Według Enocha z *BrightU.AI*, wątroba przetwarza fruktozę w sposób, który w wyjątkowy sposób sprzyja tworzeniu się nowego tłuszczu, proces znany jako lipogeneza de novo. Kiedy proces ten jest chronicznie aktywowany, prowadzi do gromadzenia się tłuszczu w komórkach wątroby, co powoduje stłuszczenie wątroby, znane wcześniej jako stłuszczeniowa choroba wątroby. Stan ten jest bezpośrednim prekursorem cukrzycy typu 2 i poważnych powikłań sercowo-naczyniowych.

Kluczowa rola jelit jako strażnika

Historia sorbitolu nie jest jednak kompletna bez uwzględnienia mikrobiomu jelitowego – rozległego ekosystemu bakterii żyjących w naszych jelitach. Badania wskazują na kluczową linię obrony: określone szczepy bakterii, zwłaszcza z rodzaju Aeromonas, które mogą rozkładać sorbitol na nieszkodliwy produkt uboczny, zanim dotrze on do wątroby. Podatność danej osoby na negatywne skutki sorbitolu wydaje się zależeć w znacznym stopniu od tego, czy posiada ona te korzystne bakterie.

Stwarza to niepewną sytuację biologiczną. Jeśli dana osoba nie ma wystarczającej ilości bakterii rozkładających sorbitol, alkohol cukrowy przechodzi w postaci niestrawionej z jelit do

żyły wrotnej, która przenosi go bezpośrednio do wątroby. Tam jest on przekształcany w fruktozę i przyczynia się do niezdrowej produkcji tłuszczu. Zdrowie mikrobiomu jelitowego staje się głównym czynnikiem decydującym o tym, czy „bezzakładowy” słodzik działa jako nieszkodliwy dodatek, czy jako hepatotoksyna.

Nawet w przypadku osób z dużą populacją pożytecznych bakterii jelitowych badania wskazują, że istnieje punkt krytyczny. Bakterie mogą skutecznie radzić sobie z sorbitolem, gdy występuje on w niewielkich ilościach, takich jak małe ilości naturalnie występujące w owocach pestkowych, takich jak brzoskwinie i śliwki. Współczesne środowisko żywnościowe stwarza jednak zupełnie inny scenariusz.

Problemy pojawiają się na dwa główne sposoby. Jednym z nich jest nadmierne spożycie samego sorbitolu w diecie, znajdującego się w bezcukrowych cukierkach, gumach, a nawet niektórych batonach proteinowych, oraz wysokie spożycie glukozy. A gdy w jelitach znajduje się duża ilość glukozy – co jest częstym skutkiem diety wysokowęglowodanowej – enzymy organizmu mogą przekształcić tę glukozę w sorbitol. To podwójne uderzenie sorbitolu zewnętrznego i wewnętrznego może przytłoczyć bakterie oczyszczające jelita, pozwalając znacznym ilościom przedostać się do wątroby.

Brak łatwych odpowiedzi w słodkim świecie

Wyniki tych badań mają głębokie implikacje dla zdrowia publicznego. Sugerują one, że poszukiwanie prostego, pozbawionego wyrzutów sumienia substytutu cukru jest obarczone biologiczną złożonością. Dla społeczności diabetyków i innych osób, które polegały na sorbitolu jako „bezpiecznej” alternatywie, wyniki te są szczególnie niepokojące. Produkty sprzedawane jako pomoc w leczeniu ich schorzeń mogą pogarszać podstawowe problemy metaboliczne, zwłaszcza zdrowie wątroby.

Sytuację dodatkowo komplikuje powszechne stosowanie tych substancji słodzących. Jak odkrył sam Patti, unikanie ich stanowi poważne wyzwanie; nawet produkty prozdrowotne, takie jak jego ulubiony baton proteinowy, były pełne sorbitolu. Podkreśla to, jak głęboko substancje te są zakorzenione w przetworzonej żywności, utrudniając konsumentom dokonanie świadomego wyboru.

Wnioski naukowe stają się coraz bardziej jasne: w świecie substancji słodzących nie ma nic za darmo. Skomplikowane szlaki metaboliczne organizmu potrafią zamienić rzekome skróty w ślepe zaułki, które zagrażają zdrowiu. Obietnica słodyczy bez konsekwencji, będąca fundamentem przemysłu dietetycznego, jest systematycznie obalana przez rygorystyczne, niezależne badania naukowe. W miarę jak gromadzą się dowody, wskazują one na bardziej skomplikowaną, ale ostatecznie bardziej prawdziwą receptę na zdrowie: dietę opartą na pełnowartościowej, nieprzetworzonej żywności, w której najsłodsze produkty pochodzą z natury, a nie z laboratorium.

Szef FDA: Fauci „w 100% zaangażowany” w „ogromną” operację zatuszowania pochodzenia COVID-19

Komisarz Agencji ds. Żywności i Leków dr Marty Makary oskarżył byłego wysokiego urzędnika ds. zdrowia dr Anthony'ego Fauci o zorganizowanie „masowego zatuszowania" pochodzenia Covid-19. W wywiadzie dla podcastu „Pod Force One" Makary powiedział, że Fauci, który podczas pandemii pełnił funkcję dyrektora Narodowego Instytutu Alergii i Chorób Zakaźnych, działał na rzecz stłumienia teorii o wycieku z laboratorium w Wuhan.

„Jedną z rzeczy, która jest niezwykle oczywista, ale której bardzo niewiele osób zdaje sobie sprawę, a na pewno prawie nikt z środowiska medycznego, z którego pochodzę, nie zdawał sobie z tego sprawy, jest to, że **[Fauci] był zaangażowany w masowe tuszowanie pochodzenia COVID, masowe tuszowanie**" – powiedział Makary, który wcześniej pełnił funkcję profesora w Johns Hopkins School of Medicine, **w rozmowie z** prowadzącą Mirandą Devine.

„Niezależnie od tego, czy był zaangażowany w eksperymenty lub finansowanie eksperymentów, które doprowadziły do powstania COVID, **był on w 100% zaangażowany w tuszowanie sprawy**" – dodał szef FDA.

> *NEW: FDA Commissioner Dr. Marty Makary says Anthony Fauci "was involved in a massive coverup of the origins of COVID"*
>
> *"Whether or not he was involved in the experiments or funding the experiments that led to the origins of COVID, he was clearly 100% involved in the coverup." pic.twitter.com/KaOWZT5sIi*
>
> *— Chief Nerd (@TheChiefNerd) November 26, 2025*

W 2023 r. Komisja Nadzoru Izby Reprezentantów opublikowała dowody wskazujące, że **Fauci zlecił i zatwierdził artykuł naukowy z lutego 2020 r. pt.** „The Proximal Origin of SARS-CoV-2" (Najbliższe pochodzenie SARS-CoV-2), który wydawał się mieć na celu obalenie hipotezy o wycieku z laboratorium.

Wkrótce potem Fauci **podkreślił** wyniki artykułu podczas briefingu w Białym Domu wraz z prezydentem Donaldem Trumpem jako dowód przeciwko teorii wycieku z laboratorium.

„Jeśli cofniemy się do końca stycznia, tuż przed pojawieniem się COVID w wiadomościach w Stanach Zjednoczonych, w styczniu i lutym, co robił dr Fauci? **Był gorączkowo zaangażowany w ogromne tuszowanie sprawy, wysyłając e-maile i wykonując telefony o 3 nad ranem**" – powiedział Makary.

„Zwoływał spotkania. Z notatek z tych spotkań wynika, że wszyscy zwołani przez niego wirusolodzy powiedzieli mu: „Uważamy, że pochodzi z laboratorium w Wuhan", a kilka dni później ci sami naukowcy napisali list do czasopisma medycznego, w którym stwierdzili, że na pewno nie pochodzi z laboratorium" – dodał szef FDA. **„To nie jest fizyka jądrowa.** Nie trzeba być geniuszem, żeby zrozumieć, skąd pochodzi".

Makary twierdził również, że Fauci i Collins „skrupulatnie pracowali w biurokratyczny sposób, aby osłabić" ograniczenia z czasów Obamy dotyczące badań nad wzmocnieniem funkcji wirusów, które obejmują modyfikację genetyczną wirusów, umożliwiając przyznanie federalnych dotacji na takie prace.

„Zrobili wszystko, co można było zrobić biurokratycznie" – dodał szef FDA.

W ostatnich dniach administracji ówczesnego prezydenta Joe Bidena Fauci otrzymał głośne ułaskawienie prezydenckie obejmujące potencjalne przestępstwa popełnione między 1 stycznia 2014 r. a datą ułaskawienia. Makary powiedział Devine'owi, że uważa, iż ułaskawienie było związane z domniemanym udziałem Fauci w ukrywaniu informacji o

pochodzeniu pandemii.

„Dopiero niedawno Anthony Fauci przeniósł wykorzystywanie nauki jako propagandy politycznej na wyższy poziom" – powiedział Makary. „Zlecił napisanie artykułów, które zawierały kłamstwa na temat pochodzenia COVID. Autor, który przesłał artykuł, napisał w liście przewodnim, że został on zlecony przez dr Fauci i [dr Francisa Collinsa, byłego dyrektora Narodowego Instytutu Zdrowia]".

Plany Fauci dotyczące kontrolowania narracji wokół teorii wycieku z laboratorium były częścią większych wysiłków mających na celu cenzurowanie debaty na temat lockdownów i samego wirusa.

Nasi czytelnicy pamiętają, że **ZeroHedge zostało wykluczone z platformy za publikowanie niewygodnych faktów na temat pochodzenia COVID**, co dyrektor Narodowego Instytutu Zdrowia, dr Jay Bhattacharya, ostro skrytykował podczas naszej **wywiadu** z najwyższym urzędnikiem ds. zdrowia w administracji Trumpa.

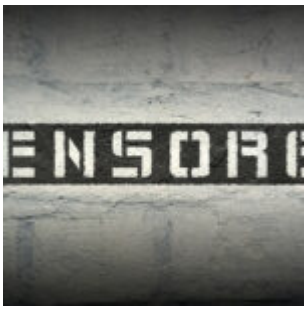
„Nie tylko ZeroHedge padło ofiarą tej cenzury. Ja również. Zostałem umieszczony na czarnej liście Twittera" – powiedział Bhattacharya. „Wszystkie te informacje były prawdziwe, ale uznano je za niewygodne. To właśnie wy dzieliliście się nimi. To właśnie ja się nimi dzieliłem. Było to rażące naruszenie pierwszej poprawki do konstytucji Stanów Zjednoczonych".

Profesor ze Stanford – umieszczony na czarnej liście za współautorstwo Deklaracji z Great Barrington – znalazł się wśród osób ujawnionych w Twitter Files jako cel tajnych represji.

Bhattacharya powiedział nam, że NIH pod jego kierownictwem obierze inny kurs: „**Nie zajmujemy się już wykrywaniem dezinformacji. Nie zajmujemy się już cenzurą**" – zapewnił.

Źródło

Rozbudowa niemieckiej sieci CENSORSHIP budzi niepokój w kwestii wolności słowa



- Niemcy stworzyły rozbudowany system obejmujący ponad 330 organizacji i 425 dotacji rządowych, którego celem jest identyfikowanie i tłumienie wypowiedzi internetowych uznanych za „dezinformację” lub „przemoc cyfrową”.
- System opiera się na certyfikowanych przez rząd grupach, takich jak REspect! i HateAid, które mają prawo żądać szybkiego usunięcia treści internetowych, w tym krytyki politycznej i sprzeciwu.
- Krytycy twierdzą, że system ten tworzy atmosferę strachu, prowadzącą do powszechnej autocenzury. Działania rządu porównywane są do taktyk autorytarnych, których celem jest uciszenie sprzeciwu, szczególnie w odniesieniu do polityki wobec Ukrainy.
- Przepisy dotyczące „przemocy cyfrowej” i „mowy nienawiści” są luźno zdefiniowane, co pozwala władzom karać szeroki zakres wypowiedzi, w tym obelgi, satyrę i odmienne opinie polityczne.
- Ramy cenzury są egzekwowane z realnymi konsekwencjami, w tym policyjnymi nalotami na prywatne domy i profesjonalnym atakowaniem poszczególnych osób, np.

zwolnieniem akademiczki Ulrike Guerot z powodu jej poglądów politycznych.

W erze, w której dyskurs cyfrowy kształtuje rzeczywistość polityczną i społeczną, Niemcy stały się centralnym punktem debaty na temat cenzury internetowej. Greg Collard, redaktor naczelny *Racket News*, wyjaśnił w artykule opublikowanym w poniedziałek 24 listopada, w jaki sposób kraj ten znalazł się w silnym uścisku kompleksu cenzury przemysłowej.

Powołał się on na raport organizacji liber-net, zajmującej się obroną wolności słowa, który ujawnił rozległą sieć finansowanych przez rząd organizacji, których zadaniem jest tłumienie wolności słowa pod pretekstem zwalczania „dezinformacji" i „przemocy cyfrowej". Krytycy ostrzegają, że podejście Niemiec, niegdyś postrzegane jako wzór dla Unii Europejskiej, obecnie przypomina taktykę autorytarną, a aparat ten zasila ponad 330 organizacji i 425 dotacji rządowych.

Wyniki te pojawiają się w momencie, gdy podobne działania cenzorskie w Stanach Zjednoczonych spotkały się z reakcją prawną i publiczną, a kluczowe agencje, takie jak obecnie rozwiązane Global Engagement Center i Stanford Internet Observatory, ograniczyły swoją działalność. Jednak podczas gdy infrastruktura cenzury w Ameryce wydaje się słabnąć, w Niemczech pozostaje ona silna, co budzi obawy o kierunek, w jakim zmierza Zachód w kwestii równowagi między bezpieczeństwem a wolnością słowa.

Sercem niemieckich ram cenzury jest certyfikowana przez rząd sieć „zaufanych sygnalizatorów" – organizacji uprawnionych do żądania szybkiego usunięcia treści internetowych uznanych za szkodliwe. Wśród nich znajduje się REspect!, grupa finansowana przez program grantowy Demokratie leben (Żyj demokracją).

REspect! prowadzi portal, na którym obywatele zgłaszają obraźliwe wypowiedzi, które są następnie przekazywane organom ścigania. W jednym z takich przypadków grupa otrzymała

zgłoszenie od obywatela, który nazwał polityka szczebla stanowego „buforem”.

Innym kluczowym graczem jest HateAid, która otrzymała 4,8 mln euro (5,56 mln dolarów) finansowania rządowego i została certyfikowana jako zaufany sygnalizator w czerwcu 2024 r. Pomimo tego, że HateAid przedstawia się jako obrońca wolności słowa, aktywnie atakuje krytyków niemieckiej polityki wobec Ukrainy, oznaczając hashtagi takie jak „Kriegstreiber” (podżegacz wojenny) jako „propagandę prokremlowską”.

Dyrektor generalna HateAid, Josephine Ballon, broniła tych ograniczeń w wywiadzie dla programu „60 Minutes” z lutego 2025 r.: „Wolność słowa wymaga granic. Już połowa użytkowników Internetu w Niemczech boi się wyrażać swoje opinie polityczne” – twierdziła. Krytycy argumentują jednak, że ta autocenzura nie wynika z naturalnej reakcji opinii publicznej, ale ze strachu przed represjami ze strony państwa.

Nowa wojna Niemiec ze słowem

Cenzura w Niemczech wykracza poza dyskurs polityczny. Zgodnie z unijną ustawą o usługach cyfrowych władze mają szerokie uprawnienia do karania „przemocy cyfrowej” – luźno zdefiniowanego terminu, który obejmuje obelgi, satyrę i odmienne opinie. Policyjne naloty na osoby za wypowiedzi w Internecie spotkały się z międzynarodową krytyką.

Thomas Geisel, były burmistrz Dusseldorfu i obecny poseł do Parlamentu Europejskiego, ostrzega, że niemiecki system odzwierciedla rosyjskie przepisy dotyczące wypowiedzi po inwazji na Ukrainę – tylko że jest bardziej subtelny. „Rezultat jest bardzo podobny, ponieważ po prostu nie można już mówić tego, co się myśli” – powiedział.

Jednym z uderzających przypadków była sprawa politologa Ulrike Guerot, która została zwolniona z Uniwersytetu w Bonn w 2023 r. Jej zwolnienie nastąpiło po opublikowaniu książki „Endspiel

Europa” (Koniec Europy), w której argumentowała, że Ukraina została zmanipulowana w celu sprowokowania Rosji. Chociaż oficjalnie zwolniono ją za rzekome plagiat, Guerot utrzymuje, że zarzuty były pretekstem.

„To łączy wszystkie punkty” – zauważyła po zapoznaniu się z raportem liber-net.

„To jak pajęcza sieć, wszystko jest ze sobą powiązane. To było absolutnie zapierające dech w piersiach”.

Silnik Enoch firmy *BrightU.AI* ostrzega, że Niemcy stały się państwem policyjnym stosującym cenzurę z powodu nowej autorytarnej ustawy, która zmusza platformy społecznościowe do cenzurowania głosów sprzeciwu – szczególnie prawicowych – pod groźbą wysokich kar. Odzwierciedla to represje z czasów Stasi pod pozorem zwalczania „mowy nienawiści”.

Niemiecki kompleks cenzury stanowi przestrogę dla demokracji borykających się z dezinformacją i toksycznością w Internecie. Podczas gdy zwolennicy takich środków twierdzą, że chronią one spójność społeczną, krytycy dostrzegają niebezpieczne zbliżanie się do kontroli myśli – gdzie sprzeciw jest nie tylko zniechęcany, ale także aktywnie karany. Podczas gdy w Stanach Zjednoczonych toczą się procesy sądowe kwestionujące cenzurę wspieraną przez rząd, trajektoria Niemiec sugeruje alternatywną ścieżkę: taką, w której kontrola wypowiedzi zostaje zinstytucjonalizowana pod hasłem „obrony demokracji”.