



## Carenze di cosa?

Leggo spesso notizie che riguardano i vegani, nella maggior parte dei casi si ostenta il lato positivo di un'alimentazione a base di vegetali, ma con delle avvertenze sulle possibili mancanze alimentari, il che mi fa sorridere ma anche riflettere sulla propaganda fatta dai media!

L'ultimo articolo che ho letto è di Repubblica, la quale in quest'articolo spiega, o almeno ci prova a modo suo, che i vegani ormai sono molto più che una "setta", ed essendo circa mezzo milione sono, di fatto, un nuovo mercato, business quindi, per cui occorre produrre e realizzare prodotti per questo specifico target, e fin qui va bene ...

Poi la butta sul lato salutista, è qui inizia la tarantella pro-vitamine e nutrienti, che secondo Repubblica i vegani sono a rischio carenze, e paragona un onnivoro che mangia poca carne a un vegano, sostenendo che l'onnivoro potrebbe essere

più in salute per un migliore apporto di nutrienti, probabilmente il post è stato dettato da Manzotin ☐

Ora mi faccio una domanda dandomi anche la risposta, ma se un vegano, che mangia frutta a volontà, verdure e legumi, quindi assumendo pressoché tutti i nutrienti necessari, è scarso in salute, come può essere migliore quella di un onnivoro tutto ciccia e brufoli e chimica?

E' chiaro che si tratta di un articolo da "depistaggio" ovvero volto a manipolare e insidiare il dubbio nei vegani, almeno quelli di primo pelo, per quanto mi riguarda credo solo che sia questione di tempo e tutta questa spazzatura scritta sarà riciclata nell'umido, "giornalisti" compresi!

Buon fine settimana ☐

Link: [d.repubblica.it](http://d.repubblica.it)