

## Georgia Ede – föredrag i Denver 2019 – förhandstitt

De gillar alltså inte rött kött, fågel och ägg, men vad tycker de om protein generellt? "Proteinkvaliteten reflekterar aminosyrasammansättningen och animaliska proteinkällor har högre kvalitet än de flesta vegetabiliska." Jag kan bara hålla med. "Protein av hög kvalitet är särskilt viktigt för växande barn och kanske för att förebygga muskelförlust hos äldre. Men en sammansättning av aminosyror som maximalt stimulerar celledelning och tillväxt är antagligen inte optimal för vuxna eftersom snabb celledelning kan öka risken för cancer." Översättning: Fullvärdiga proteiner är bra, för de är nyttiga och livsviktiga... Nästan bara animaliska proteiner är fullvärdiga, och vegetabiliska är det oftast inte... Fullvärdiga proteiner är alltså bra, men också dåliga för att de "orsakar cancer".

Jag har hört alla tänkbara argument för att kött orsakar cancer, men aldrig det här. Varifrån fick de den informationen? De anger en enda källa, nämligen den här rapporten som handlar om teorin att cancer orsakas av cellmutationer. I den rapporten förekommer orden "protein", "aminosyra" och "kött" hela noll gånger. Rapporten handlar inte om att protein, animaliskt eller ej, skulle orsaka cancer.