



L'HISTOIRE DE L'ALIMENTATION

Nos ancêtres chasseurs cueilleurs



Les anciens humains se déplaçaient pour trouver la nourriture. Ils ne trouvent pas tous les jours de la nourriture et notamment le sucre pour continuer à avoir de l'énergie. Heureusement, le corps sait faire des réserves de sucre que le foie transforme en stock de graisse qu'il place sous la peau. Le foie peut ainsi les reprendre cette graisse plus tard lorsque la nourriture vient à manquer et la retransformer en sucre pour l'envoyer dans les cellules. Le corps humain sait aussi transformer les protéines en sucre. Les muscles par exemple peuvent « se manger » eux même pour donner de l'énergie aux cellules. Un être humain peut ainsi survivre sans manger pendant 7 jours, le temps de retrouver à manger dans la forêt.

Par ailleurs, les êtres humains grâce à leur intelligence ont su défier leurs prédateurs et devenus nombreux, ils ont dû faire face au manque de fruits autour d'eux. Ils doivent parcourir de longues distances pour trouver à manger et donc se déplacer fréquemment et de plus en plus loin pour manger les fruits des arbres. Les anciens humains ont donc cherché à manger d'autres nourritures notamment des animaux, de la viande et du poisson. Il faut préciser que la viande ne contient pas de sucre, quand on mange de la viande, le foie décompose les protéines comme quand nous « mangeons » nos propres muscles. Les êtres n'ont pas comme les carnivores des griffes et des dents pointues, ils doivent fabriquer des outils, des pièges pour chasser et des couteaux pour découper la peau et la chair. Les êtres humains deviennent ainsi des chasseurs cueilleurs.

Écrit par 3tonnes.org

Vous pouvez partager librement ce texte à la condition d'en conserver l'intégralité, sans ne rien modifier ni enlever, y compris sa provenance et ces quelques lignes. Version 0-1.