

Par Dr Charles Leroux, chiropraticien D.C.

23 février 2009

## **Pourquoi l'eau du robinet n'est pas la meilleure option santé qui soit ?**

*Tout ce que l'on sait généralement de l'eau qui sort des robinets de la maison, c'est qu'elle est potable. Mais potable ne signifie pas nécessairement inoffensive. Plusieurs questionnements sont soulevés quant à l'utilisation du fluor dans l'eau potable et de plusieurs contaminants qui sont retrouvés en quantité de plus en plus en grande.*

La revue *Scientific American* confirme la conclusion d'études récentes suggérant que le fluor augmente le risque de désordres affectant les dents, les os, le cerveau et la glande thyroïde et observe une tendance chez les scientifiques qui doutent maintenant de la fluorisation.

« Le fluor, l'agent chimique le plus consommé en Amérique du Nord, est délibérément ajouté dans l'eau publique des 2/3 des villes, en théorie pour réduire l'incidence de la carie dentaire, mais savoir avoir en aucun temps obtenu des évidences scientifiques valides pour prouver son efficacité et sa sécurité » mentionne l'avocat Paul Beeber, président de la coalition contre la fluorisation dans l'état de New York.

Après des centaines d'études, les chercheurs ont convenus que le fluor :

- altérerait la fonction hormonale, spécialement celle de la thyroïde
- causait de la fluorose chez les jeunes enfants, (une décoloration des dents et une perte de l'émail— entre 30 et 50% des enfants en sont affectés chez les communautés où la fluorisation de l'eau est jugée optimale par leur communauté.
- pouvait faire diminuer le QI
- pouvait augmenter le risque de fractures des os et de cancer des os
- pouvait augmenter le risque d'ostéoporose

Parce que plusieurs évidences scientifiques suggèrent que l'ajout de fluor dans l'eau est inefficace et dangereuse pour la santé, plus de 1 200 professionnels aux États-Unis font pression sur le gouvernement pour arrêter cette procédure. (Rueters, 2 janvier 2008).

### **Le saviez-vous ?**

Le fluor, dont les dentistes font encore en grande majorité la vaste promotion pour la santé des dents est également un des ingrédients actifs entrant dans la composition du poison à rat et de la poudre insecticide. Je peux vous dire que depuis que je sais ça, je suis très content de savoir qu'il n'y en ait pas dans l'eau de Mont-Saint-Hilaire et j'évite de me brosser les dents avec du dentifrice qui en contient.

Ce n'est peut-être pas encore aussi avancé que chez nos voisins du Sud, mais le mouvement de protestation prend de l'ampleur. En 2005, 11 mouvements syndicaux

américains dans le domaine de l'agriculture et de l'alimentation ont fait un appel pour l'arrêt de la fluorisation dans l'eau des aqueducs, concernant les risques de cancer pour les os. Et en 2006, ce fut au tour de l'Association Dentaire de mettre en garde les parents de ne pas utiliser de l'eau fluorée en préparant le biberon de leur bébé.

### **Le mouvement de protestation fait du sens**

Le journaliste Christopher Bryson a écrit un livre sur le sujet : La déception du fluor. Il y révèle que le fluor est apparu et surtout a été maintenu présent dans nos sociétés par un effort soutenu ou, comme Bryson le mentionne, un abus de pouvoir de la part des scientifiques militaires et industriels et les autorités de santé publique afin de promouvoir sans gêne le fluor au domaine dentaire et au public en ayant très peu de données sur les implications sur la santé.

Ces implications ont déjà été énumérées précédemment. Mais ce n'est pas tout. Selon Paul Connett, PhD :

- 1- Le fluor s'accumule dans vos os et peuvent les effriter et les rendre plus susceptibles aux fractures. L'exposition à vie au fluor va contribuer à un plus haut taux de fractures de la hanche chez les personnes âgées.
- 2- Le fluor s'accumule dans la glande pinéale et peut diminuer la production de mélatonine, qui est très importante pour réguler le corps et le sommeil.
- 3- Il y a de sérieuses préoccupations à propos du lien entre le fluor et les épidémies d'arthrite et d'hypothyroïdie que nous connaissons aujourd'hui.
- 4- Dans les études chez les animaux, du fluor à 1 ppm dans l'eau augmente l'absorption de l'aluminium dans le cerveau.
- 5- Les communautés où la concentration en fluor est de 3 ppm ou plus dans leur eau ont un plus élevé d'infertilité.
- 6- Les agents de fluor les plus couramment utilisés non seulement augmentent l'absorption de plomb dans le sang, surtout chez les enfants, mais sont aussi associés avec une augmentation des comportements violents.



Bien entendu, la raison principale qui explique l'ajout de fluor dans l'eau potable est pour prévenir la carie dentaire. Et même ici, les données compilées par l'Organisation Mondiale de la Santé ne montrent aucune différence entre les pays où l'eau est fluorée comparativement aux pays où il n'y a pas de fluor. Alors, en plus d'être non sécuritaire, l'efficacité est pour le moins douteuse.

### Il y a le fluor, mais aussi des médicaments...

Ceci est une conséquence non-intentionnelle de vivre dans une société où le paradigme de santé majeur est la santé par les médicaments. Les déchets pharmaceutiques et cosmétiques se retrouvent de plus en plus dans nos rivières et ultimement dans notre eau potable... comme s'il n'y avait pas suffisamment de toxines environnementales comme ça!

Les médicaments se retrouvent dans l'eau de deux façons différentes. Premièrement par l'excrétion. Les médicaments que vous prenez et qui sont ingérés ne deviennent pas nécessairement inertes dans le corps. Quelques composants actifs ne sont pas absorbés et sont éliminés par les urines, dans les égouts, jusqu'aux usines d'épuration, qui ne sont pas toujours équipées pour détecter et éliminer les médicaments prescrits. L'eau qui en ressort pollue nos cours d'eau et nos sols et ultimement l'eau potable.

La seconde façon est lorsque des médicaments non utilisés sont jetés à la toilette ou jetés aux ordures par les individus, les hôpitaux et les compagnies pharmaceutiques, où ils terminent ultimement leur route dans notre environnement.

Quelques unes des principales préoccupations incluent les faits suivants :

- Des gens sont maintenant exposés à des traces de plusieurs médicaments à la fois, en plus des métaux lourds et d'autres toxines dans l'eau.
- Plusieurs médicaments dans l'eau sont connus pour avoir de dangereux effets secondaires lorsque prescrits.
- Des médicaments destinés pour usage externe seulement se trouvent à être ingérés et vice-versa.
- Des individus peuvent être allergiques à certains médicaments présents dans l'eau, comme des antibiotiques par exemple.
- D'autres peuvent être exposés à une combinaison de médicaments qui ne devraient jamais être associés.



### Qu'y a-t-il à faire ?

Le meilleur moyen pour réduire la pollution environnementale reliée aux médicaments est également la plus simple et la plus claire : prendre contrôle de votre santé, en réduisant le nombre de médicaments que vous devez prendre comme solution de premier recours au lieu de faire des changements à votre style de vie. La grande majorité des médicaments sont dangereux et non sont qu'un futile plaster qui traite les symptômes sans s'adresser à la véritable cause du phénomène.

### Comment obtenir une bonne eau potable

Alors que l'eau du robinet est souvent polluée par le fluor et de nombreux médicaments, la première chose à faire est de filtrer son eau. Un meilleur moyen encore est d'utiliser un dispositif d'osmose inversée, qui procure une eau pure, exempte de fluor et de toxines.

L'eau en bouteille n'est pas nécessairement recommandée, car des compagnies comme Dasani et Aquafina utilisent de l'eau du robinet, donc on finit avec le même problème. L'autre point sur le sujet est la quantité faramineuse de bouteilles de plastique jetées au dépotoir qui prennent des centaines d'années à se dégrader.

En terminant, pensez également que l'eau que vous utilisez pour les cubes de glace, la cuisine et le lavage de vos fruits et légumes est la même que celle que vous buvez...

Au Printemps de la Vie est un centre chiropratique ayant une approche de santé globale basée sur les 5 piliers de la santé :

S= système nerveux libre d'interférences

A= attitude mentale positive

N= nutrition et supplémentation de qualité

T= temps de repos approprié

E=exercice physique régulier

**Notre mission est de servir avec passion, amour, intégrité, respect et compassion les personnes de tous âges et leur famille afin de les aider à s'exprimer et à cheminer vers une qualité de vie et une santé optimales, à la hauteur de leur plein potentiel.**

Pour plus d'informations sur notre approche et nos services et les prochaines conférences : [www.auprintempsdelavie.com](http://www.auprintempsdelavie.com)

Vous avez aimé cette chronique ? Merci de partager cette chronique à votre entourage !