

## PODCAST 22

Date d'envoi : mardi 5 à 5 :00

Titre : As-tu eu ta petite dose aujourd'hui?

Pour écouter

« As-tu eu ta petite dose aujourd'hui? »

[clique ici](#)

Si tu veux que des choses changent dans ta vie, change des choses dans ta vie.

Docteur, change et souviens toi pourquoi tu as choisi ce beau métier !

Bienvenu dans le vingt-deuxième audio du défi des 365 jours, que je t'offre avec le soutien de NatureBio Dental, le mouvement qui unit les chirurgiens-dentistes, les médecins et praticiens de santé ainsi que des patients motivés pour remettre la santé bucco-dentaire au cœur de la santé.

Le but : mettre plus de sens dans ta vie professionnelle !

Aujourd'hui je voudrais te parler du fluor en commençant par te dire que mon objectif n'est pas de nier les bienfaits du fluor dans la prévention de la carie dentaire. Je l'ai moi-même expérimenté en laboratoire, la prise de fluor limite le nombre de caries si on nourrit des rats avec une alimentation très riche en sucre.

La réflexion que j'aimerais te suggérer aujourd'hui, fait appel à ton bon sens. On sait que le fluor est un neurotoxique, qu'il est encadré par des dosages à ne pas dépasser et des conseils d'utilisation strictes. Alors comment se fait-il qu'on le trouve dans toute une série de produits dont on ne peut absolument pas contrôler la dose ingérée : l'eau, le sel, les dentifrices, les bains de bouche.... Et même les composites et les verres ionomères ?

Le fluor, en plus, a été classé dans les perturbateurs endocriniens, donc agissant sur nos hormones à petites doses pendant de longues périodes. Des chercheurs commencent même à affirmer que des enfants de moins de 3 ans ne devraient jamais être en contact avec du fluor pour protéger l'intégrité de leur cerveau.

De plus en plus de recherches, non financées par « Big Pharma », ont prouvé les effets neurotoxiques du fluor qui perturbent les capacités de concentration et d'apprentissage des enfants. Des chercheurs ont également constaté que le fluor entraînait une puberté précoce et qu'il favorisait une déficience en iode et de l'hypothyroïdie.

Tu comprendras ici l'aberration de compléter le sel de table à la fois en l'iode et en fluor qui sont 2 substances antagonistes au niveau du fonctionnement de la glande thyroïde. On comprend aussi pourquoi, il y a plus d'hypothyroïdie dans les régions où l'eau de boisson contient du fluor. Et on se demande également pourquoi il n'est pas précisé aux personnes présentant une hypothyroïdie d'arrêter en priorité toutes les sources d'apport en fluor ?

Mais au fait, la carie dentaire, est-elle due à une carence en fluor ? Et si on s'occupait plutôt des vraies causes de la carie dentaire plutôt que de prendre notre petite drogue quotidienne ?

Je considère que prendre du fluor pour se protéger de la carie dentaire est d'une haute incohérence. D'autant plus que l'on continue à manger n'importe quoi, que l'on ne mastique plus, qu'on a une alimentation tellement carencée et intoxiquée que l'on devient déminéralisé. Associe à cela, le stress et l'hygiène de vie déséquilibrée et tu comprendras pourquoi l'industrie pharmaceutique contrôle le monde. Et bien pour moi ce piteux tableau, c'est comme prendre tous les soirs un somnifère pour tenter de dormir alors que l'on a bu 3 cafés avant d'aller se coucher !

Voilà de quoi méditer aujourd'hui ...

Je te souhaite une belle journée, et je te dis à demain, naturellement !