



Demain, tous crétiens!

par Céline Arsenault

Naturopathe agréée, conférencière, auteure et inspiratrice

Demain, tous crétiens ! est le titre percutant du documentaire français de Sylvie Gilman et Thierry De Lestrade. Si vous n'avez pas eu la chance de le visionner, je vous y invite.

Pourquoi ?

Parce qu'il y va de l'avenir de nos enfants, de nos petits-enfants et finalement de l'humanité.



Ce film veut attirer notre attention sur une tendance observée dans plusieurs régions du monde : la baisse des facultés intellectuelles chez les enfants. De plus, le nombre d'enfants très doués est en diminution...

Plusieurs chercheurs émettent leurs hypothèses et leurs observations sur le terrain dont la biologiste **Barbara Demeneix, PhD** que j'ai eu la chance de voir et d'entendre au **Congrès Soigner l'Homme, Sauver la Terre** à Aix Les Bains en France en février dernier. Cette dernière insiste beaucoup sur le rôle de la thyroïde dans le développement de l'intelligence du bébé à naître. Le corps pourrait confondre l'iode nécessaire au bon fonctionnement de la glande thyroïde avec le fluor, le chlore et le brome que nous retrouvons dans notre environnement. Ces agents chimiques perturberaient notre système endocrinien. Elle signe d'ailleurs deux livres sur le sujet : **Le cerveau endommagé** (2016, pour l'édition française) et **Cocktail Toxique** (2017, éditions anglaise et française).

L'épidémiologiste et neuropsychologue **Brenda Eskenazi, PhD** étudie quant à elle l'effet des pesticides sur le cerveau des enfants à naître. Elle cumule 17 années d'études à ce jour sur des groupes de mères et d'enfants. Elle remarque actuellement un lien entre le taux d'exposition aux pesticides et le développement de réflexes anormaux, les retards intellectuels à l'âge de 2 ans, la diminution du QI à l'âge de 7 ans et l'augmentation des cas de déficit de l'attention (TDA) et des cas d'autisme (TSA) chez ces enfants.

Le principe de précaution

Certains journalistes tentent de diminuer l'impact de ce documentaire en le trouvant trop alarmiste. Pour ma part, je garde toujours l'idée que le principe de précaution est le principe le plus sage et que l'observation des tendances peut justement nous en dire beaucoup même si nous ne comprenons pas encore tous les liens de cause à effet derrière ces observations.



Quoi qu'il en soit, si cela vous intéresse, je vous partage les mesures clés que Mme Demeneix recommande dans ses livres pour réduire notre exposition à ces perturbateurs endocriniens.

- Préférez les aliments biologiques particulièrement les fruits et les légumes.
- Évitez quand c'est possible de consommer des aliments qui ont été en contact avec des emballages plastiques.
- Cuisinez à la maison avec des produits frais.
- Évitez les poêles antiadhésives, choisir des poêles en acier inoxydable.
- Évitez de conserver les aliments dans des plats en plastiques, choisir le verre ou la céramique.
- Évitez tous les plastiques dans les fours micro-ondes.
- Aucune boisson chaude dans des tasses ayant un revêtement de plastique.
- Cosmétiques 100 % naturels et évitez en priorité les phtalates, le triclosan et les parabènes.
- Lavez toujours les vêtements neufs avant de les porter.
- Mettez un chapeau et une chemise plutôt que de la crème solaire.
- Vous assurer d'avoir de bonnes sources d'iode dans l'alimentation (sel iodé, algues, poissons de mer, crustacées) ou supplémentation si nécessaire.
- Utilisez des biberons en verre chez les jeunes enfants.

Chaque geste compte, l'important est de réduire, du mieux que l'on peut, la charge toxique dans l'organisme de nos enfants afin d'éviter de dire un jour ... *si j'avais su* ...

Pour visionner le documentaire :

Gratuitement <https://www.crashdebug.fr/dossiers/14191-demain-tous-cretins-arte>

Pour les abonnés à l'extra de Tou.TV <https://ici.tou.tv/demain-tous-cretins?r>

Bonne visionnement et bonne santé!



Céline Arsenault

Naturopathe agréée, auteure, conférencière et inspiratrice

Mieux la connaître : celinearsenault.ca

Pour une consultation, communiquez avec moi par courriel :
celinearsenault3@gmail.com ou par téléphone : 450-486-7345

Consultez mon livre **Guide de soins naturels pour la famille** sur celinearsenault.ca pour en découvrir davantage sur les habitudes de vie favorisant la santé.

Un livre de références indispensables
pour soigner naturellement toute la famille!



Céline Arsenault
Guide de soins naturels pour la famille
prévention, autonomie adolescents
fièvre adultes, pharmacie naturelle
maladies infectieuses, bébé, eczéma, insomnie, vitamines
naturopathie, zona, otite, asthme, enfants, vaccination, alimentation