

## Alerte du poison dans votre dentifrice bio

Non, il ne s'agit pas du fluor.

Je vous ai déjà signalé les risques du fluor sur la santé dans des lettres plus anciennes.

Mais aujourd'hui, j'aimerais vous parler d'une autre substance présente dans la plupart des dentifrices (même bio) et qui vient pourtant d'être interdite dans les aliments à cause de ses dangers...

Interdit dans les aliments, mais pas dans votre dentifrice !!!

C'est le dioxyde de titane (ou E171 pour les intimes).

Cet additif a récemment fait la une de plusieurs journaux. En effet, le gouvernement a annoncé fin avril qu'il allait interdire le E171 dans toutes les denrées alimentaires à partir du 1er janvier 2020.

Ce n'est pas trop tôt !

Car si on en croit les dernières recherches, le dioxyde de titane ferait presque passer le fluor pour un enfant de chœur.

Une récente étude, menée sur des rats, a montré qu'il pouvait provoquer des lésions précancéreuses et troubler le système immunitaire[1].

Le E171 est d'ailleurs aujourd'hui classé par le Centre international de Recherche sur le cancer (CICR) comme « cancérigène possible pour l'homme »[2].

Mais le pire... c'est que cet additif ne sert strictement à rien !

Son seul objectif est de colorer, de donner plus de brillance ou de blancheur aux aliments.

Le E171 est utilisé dans de nombreux produits de consommation comme les chewing-gums Malabar, les biscuits LU, certains plats préparés... mais aussi dans deux tiers des dentifrices.

2 dentifrices sur 3 sont « contaminés » (vérifiez si vous êtes concerné)

Si le dioxyde de titane sera bel et bien interdit dans les aliments à partir de l'année prochaine, aucune mesure n'a été prise contre les dentifrices, les cosmétiques et les médicaments !

En clair, le gouvernement reconnaît les risques liés à ce colorant, mais continue de l'autoriser dans certains produits.

Cherchez l'erreur !

Et n'allez pas me dire que le dentifrice n'entre pas en contact avec notre organisme parce qu'on le recrache ! On avale toujours un peu de dentifrice quand on se lave les dents, c'est inévitable.

Mais attendez avant de vous précipiter vers votre dentifrice pour vérifier sa composition.

Car même si vous ne voyez pas le fameux E171 dans la liste des ingrédients de votre dentifrice, cela ne veut rien dire.

De nombreuses marques ne prennent même pas la peine de signaler la présence du dioxyde de titane dans leurs produits.

Et c'est aussi le cas des dentifrices labellisés bio !

Heureusement, l'association Agir pour l'environnement a mis au point un outil pour vérifier si votre dentifrice contient du dioxyde de titane.

Allez faire un tour sur leur site : <https://dentifrice.infoconso.agirpourenvironnement.org>.

Vous saurez immédiatement si vous devriez remplacer votre tube de dentifrice par un autre.

3 dentifrices garantis sans titane (et sans fluor)

Voici trois dentifrices bio qui ne contiennent ni fluor, ni dioxyde de titane :

Dentifrice Logodent menthe douce : 75 ml

Dentifrice Melvita arôme de badiane – Gencives sensibles : 75 ml

Dentifrice Weleda Ratanhia : 75 ml

Mais le problème avec ces dentifrices, c'est qu'ils sont souvent très chers.

Donc pour les plus « puristes » d'entre vous, je partage aussi une recette de dentifrice maison garantie 100 % naturelle.

Fabriquez votre dentifrice en moins de 5 minutes

Pour vous brosser les dents de façon saine et sans vous ruiner, je vous invite à réaliser la recette suivante :

Dans un bol, versez 1 cuillerée à soupe d'argile blanche en poudre. Ajoutez ½ cuillerée à café de bicarbonate de soude, puis 2 cuillerées à café d'eau et mélangez bien afin d'obtenir une pâte.

Ajoutez ensuite 2 à 3 gouttes d'huile essentielle de tea tree ou d'essence de citron

Placez le dentifrice dans un pot en verre fermé hermétiquement. Il se conserve quelques jours à température ambiante (5-6 jours).

Notez qu'il ne s'agit que d'une recette parmi d'autres.

Peut-être en avez-vous une autre que vous accepteriez de partager avec la communauté de PureSanté ?

Dans ce cas, laissez-moi un commentaire en cliquant ici.

Avec mon équipe, nous testerons votre recette et, si les résultats sont concluants, nous la publierons peut-être dans un prochain message.

J'ai hâte de vous lire !

Amicalement,

Florent Cavalier