

Aluminium quelques conseils pour éviter le pire !

La lettre de ce jour :

Lorsque l'on parle de l'aluminium et de ses dangers, un nom ressort : Christopher Exley.

Professeur à l'Université de Keele, près de Manchester, ce toxicologue s'est passionné pour la question de l'aluminium depuis les années 80.

A cette époque, il a observé que les pluies acides tuaient les poissons dans une rivière près de son université. Intrigué par ce phénomène, il en a cherché la cause. Il s'est rendu compte que l'aluminium était le grand responsable de ce jeu de massacre.

Depuis, il étudie ce métal et ses conséquences sur notre santé. Selon lui, nous vivons à l'âge de l'aluminium.

Ce matériau est utilisé partout : l'industrie, l'urbanisme, la chimie, l'alimentation etc.

Il est important de prendre conscience de la toxicité de ce métal parce que les dégâts qu'il peut causer, notamment, au cerveau, sont irréversibles.

Très peu de personnes parviennent à guérir d'une intoxication à l'aluminium et nous ne savons ni comment éviter d'en accumuler trop dans notre corps, ni comment « réparer » un cerveau intoxiqué à l'aluminium.

L'incident de Camelford

Camelford est une petite bourgade de Cornouailles en Angleterre, riche d'une histoire plusieurs fois millénaire et entourée de nombreuses légendes. On la confond parfois avec Camelot, la ville mythique des chevaliers de la table ronde.

Le village d'à côté, perdu dans la forêt s'appelle Tintagel et son château surplombe d'imposantes falaises.

Camelford est un haut lieu de la lutte menée par les Celtes contre l'invasion saxonne du VI^e siècle. Et c'est aujourd'hui, un charmant village, apprécié pour sa pierre grise, ses vieux ponts et ses églises archaïques, basses et granitiques.

Il est connu également pour le fleuve Camel qui lui a donné son nom et ses vallées pittoresques, ainsi que pour son musée de la sorcellerie.

C'est un lieu de pierre, d'eau et de bois. C'est un lieu minéral, une terre sauvage travaillée au fil des siècles par la main d'hommes d'un autre temps.

Mais le bourg s'est éveillé à la modernité en juillet 1988. 20 tonnes de sulfate d'aluminium ont été versées par erreur dans sa réserve d'eau potable. Il y avait dans l'eau, **plus de 3000 fois le niveau d'aluminium recommandé !**

Pourtant, les autorités sanitaires, à l'époque, ont considéré l'événement comme mineur.

Elles ont affirmé que l'eau était sûre. Elles ont même conseillé de boire l'eau mélangée avec des jus de fruits pour faire passer le « drôle » de goût qu'elle avait. Il a fallu 16 jours pour que la vérité de l'intoxication soit faite. Pendant ce temps, les gens ont bu l'eau du réservoir.

Un certain nombre d'entre eux ont très vite connu de graves problèmes de santé et notamment des **troubles neurologiques**, proches de ceux que l'on peut observer dans la maladie d'Alzheimer.

Christopher Exley a travaillé sur les échantillons de cerveau de patients décédés quelques années après, à l'issue de l'incident.

Il y a retrouvé des taux d'aluminium invraisemblable : jusqu'à 23 microgrammes par gramme de tissu, là où en temps normal, on ne dépasse pas les 1 ou 2 microgramme d'aluminium par gramme de tissu sec ! Il n'avait jamais observé un tel phénomène.

Chez les patients atteints d'Alzheimer et intoxiqués à l'aluminium, des taux de 5 ou 6 grammes avaient déjà été observés. C'était 5 fois plus !

Cette tragédie a confirmé une hypothèse qui commençait à faire son chemin chez les scientifiques : **l'aluminium peut se concentrer dans le cerveau et causer des dégâts considérables**. A ce jour, une telle intoxication, constitue un point de non-retour.

Les dialysés, premières victimes de l'aluminium

Les premiers doutes sur l'aluminium sont apparus dans les années 70.

Des insuffisants rénaux effectuant régulièrement des dialyses ont connu des troubles neurologiques graves ainsi que des problèmes osseux (1).

Ils avaient des troubles du langage, des troubles moteurs et des convulsions jusqu'à ce qu'ils finissent par mourir pour une raison inexplicée.

Les médecins ont procédé à différentes analyses sur leurs patients. Ils ont trouvé des taux anormalement élevés d'aluminium dans le cerveau des dialysés.

Et en effet, il a été démontré que le problème était venu de l'eau des dialyses. Celle-ci contenait de l'aluminium que les insuffisants rénaux n'étaient pas en mesure d'éliminer.

Cette cause a été officiellement établie en 1982 lors d'un séminaire organisé par les institutions européennes. La conclusion a été qu'il fallait analyser l'eau des dialyses et en purger l'aluminium là où cela était nécessaire.

On savait dès lors que l'aluminium pouvait être gravement toxique. Mais le problème pour les médecins, à ce moment-là, est la capacité des patients à l'éliminer. En clair, c'était un peu de la faute des insuffisants rénaux et de leur incapacité à éliminer l'aluminium !

Aluminium et cancer du sein, les déodorants (antitranspirants) mis en cause

Au fil du temps, d'autres problèmes liés à l'aluminium sont apparus.

Une chercheuse anglaise a notamment publié une série d'études sur les liens très probables entre cancer du sein et l'aluminium présents dans les déodorants (antitranspirants).

Dans les années 90, Philippa Darbre, oncologue et professeur à l'Université de Reading, a observé que 60% des cancers du sein naissent dans l'aisselle alors que cette proportion ne s'élevait qu'à 30% dans les années 40.

Il y a donc deux fois plus de cancer du sein qui naissent sous les aisselles, soit une proportion très conséquente. La seule explication officielle donnée par les autorités de santé est qu'il s'agit d'un endroit où il y a de nombreux tissus.

La vraie raison, selon Philippa Darbre, est que l'on applique des substances chimiques sur cette

zone. Elle pensait au départ aux parabens, qui sont des perturbateurs endocriniens, connus et dangereux.

Mais en étudiant la composition des antitranspirants proposés sur le marché, elle s'est rendu compte qu'ils contenaient souvent de l'aluminium en quantité substantielle. En effet, le métal permet de bloquer les pores de la peau et ne laisse pas sortir la transpiration.

L'ennui, c'est que chez certains patients, il cause de graves problèmes de santé.

Pour en avoir le cœur net, Philippa Darbre a mené une étude comparative entre deux groupes de femmes : les premières étaient atteintes du cancer du sein, les deuxièmes étaient en bonne santé.

Les scientifiques ont comparé le liquide d'aspiration mamelonnaire chez les deux groupes et ont constaté que **chez les femmes atteintes du cancer du sein, il y avait un taux d'aluminium plus élevé.**

Philippa Darbre a ensuite procédé à une autre étude en laboratoire cette fois. Elle a comparé la réaction des cellules saines ou des cellules cancéreuses en présence d'aluminium.

Il en est ressorti deux conclusions inquiétantes :

1. Les cellules saines peuvent développer des tumeurs en présence de l'aluminium
2. les cellules cancéreuses, mises en présence de l'aluminium, migrent.

En clair l'aluminium sert de propagateur du cancer dans tout le corps.

Les médicaments contre les brûlures d'estomac

Un grand nombre de médicaments prescrits ou conseillés pour les brûlures d'estomac contiennent de l'aluminium comme principe actif.

Certains sont des combinaisons à base de d'aluminium, de calcium ou de magnésium (Vous en trouverez par exemple une [liste ici](#))

Or ces médicaments, chez certaines personnes qui en ont pris sur de trop longues années ont pu avoir des effets catastrophiques.

L'aluminium s'accumule dans le cerveau, provoque des lésions et crée de graves maladies. Les patients deviennent fous.

A l'évidence, ces médicaments sont à éviter : ils ne résolvent pas le problème pour lesquels on les prend et ils sont risqués.

Si vous avez des brûlures d'estomac, mieux vaut tenter d'opter pour des solutions naturelles.

Vous pouvez, par exemple, changer d'alimentation et :

- Prendre des aliments alcalinisant comme les pommes ou les citrons. Ces aliments acides aident l'estomac à faire son travail et (paradoxalement) permettront d'en réduire l'acidité. De nombreux légumes aideront également : les épinards, toute la gamme des choux, brocolis et choux-fleurs, les courges, les concombres, les potirons...
- Supprimer les toxiques : alcool, café, tabac,
- Supprimer les aliments très acidifiants comme le parmesan, cheddar, gouda (Vous trouverez [ici](#) un liste complète d'aliments et de leur effet alcalinisant/acidifiant).

Vous pouvez également avoir recours à des remèdes naturels comme :

- Une cuillère de bicarbonate de soude avant de vous coucher.
- Une cuillère d'ascorbate de sodium (Vitamine C + Sel), avant de vous coucher.

La réglisse, le curcuma ou la guimauve pourront également vous aider si vous avez des brûlures d'estomac.

Mais, surtout, éviter les médicaments contenant de l'aluminium. Ils sont efficaces sur le coup et sont donc dangereux, car on en devient dépendant.

Ne prenez pas le risque de cumuler de l'aluminium dans l'organisme.

L'eau et l'aluminium : l'étude du Pr André Picot

Il y a dix ans, une équipe de chercheurs de Bordeaux, parmi lesquels, le Pr André Picot, a démontré qu'une eau contaminée par de l'aluminium doublait le risque d'Alzheimer chez ceux qui la buvait.

L'eau qu'ils ont étudiée n'avait rien d'extraordinaire. C'était de l'eau potable traitée au chlorure d'aluminium.

Ce procédé est en effet couramment utilisé pour dépolluer l'eau. On met dans l'eau du chlorure d'aluminium qui a un effet agrégateur des molécules polluées, puis on filtre l'eau. Mais **il reste de l'aluminium.**

L'étude a été menée sur 15 ans. Ses conclusions sont nettes. **Les populations qui boivent de cette eau ont deux fois plus de chances d'avoir Alzheimer que celles qui boivent de l'eau sans aluminium.**

Les chercheurs ont préconisé l'utilisation de sels de fer plutôt que de sels d'aluminium pour dépolluer l'eau. En France, certaines régions ont fait le changement mais pas toutes.

Il est donc utile de connaître l'eau que l'on boit et d'avoir recours à une alternative si elle contient de l'aluminium.

Selon Christopher Exley, il n'est pas certain que l'aluminium dans l'eau provoque l'Alzheimer, il pense cependant, que cela peut être un facteur aggravant.

Malheureusement, il existe beaucoup d'autres sources d'aluminium au quotidien : la viennoiserie, le pain industriel, les emballages, les cosmétiques, les vaccins...

Sans compter que le prix pour l'environnement de l'exploitation de la bauxite est considérable : coulée de boue toxiques, sites pollués, etc.

Je reviendrai sur ces deux points dans ma prochaine lettre. Car le sujet mérite d'être développé.

En attendant, je vous ai livré trois clés importantes par rapport à l'aluminium :

- Eviter les médicaments qui en contiennent,
- Choisissez ou surveillez votre eau de consommation courante,
- Eviter les déodorants et les cosmétiques bourrés d'aluminium,

Je vous donne une quatrième clé de prévention : **prenez du sélénium**. Il favorise l'élimination de l'aluminium. Il ne guérit pas d'une intoxication majeure, mais il peut vous éviter le pire.

Naturellement vôtre,

Augustin de Livois

PS : Retrouvez la conférence donnée par André Picot dans notre pack intégral du Congrès

International de Santé 2017. L'ensemble des vidéos (40h de conférences) est accessible [ici](#).

Vous aussi, soutenez l'IPSN !

Vous croyez dans les combats de l'IPSN ?

[Vous pouvez l'aider par un don !](#)

Cette newsletter est éditée par l'*Institut pour la Protection de la Santé Naturelle*. Si vous ne la recevez pas déjà, il vous suffit de **[vous inscrire ici](#)**.

Votre adresse ne sera jamais transmise à aucun tiers. Vous pourrez vous désinscrire à tout moment, grâce à un lien se trouvant en début et fin de chaque message.

Références :

[1] [Progressive myoclonic encephalopathy in dialysis patients. The role of the water used for haemodialysis \(author's transl\)](#).

Reportage d'Arte : "Planète Alu : aluminium, attention danger"

Reportage de France 5 : "Aluminium, notre poison quotidien".

L'Institut pour la Protection de la Santé Naturelle est une association sans but lucratif qui ne reçoit aucune subvention publique. Afin de diffuser cette lettre gratuitement et d'organiser des conférences à un prix accessible à tous, l'Institut pour la Protection de la Santé Naturelle a établi un partenariat avec l'éditeur de santé naturelle indépendant SNI Editions. Nous remercions nos sympathisants et soutiens associatifs de prêter attention aux annonces de notre partenaire, grâce auxquelles nous avons les moyens d'accomplir notre mission pour la santé de toutes et tous.

Institut pour la Protection de la Santé Naturelle

Association loi 1901 sans but lucratif

21 rue de Clichy

75009 PARIS

www.ipsn.eu