

# Ostéoporose l'horrible combine anti-seniors

Cher(e) ami(e) de la santé,

Vous le savez, après 60 ans, une simple fracture peut avoir des conséquences dramatiques.

Si vous vous cassez la *hanche*, vous avez alors 2 fois plus de risques de mourir prématurément ; et si c'est votre *col du fémur* qui est touché, la mort s'ensuit dans plus d'un cas sur 10.

Et je ne parle pas des conséquences sur votre qualité de vie : hospitalisation, handicap, dépendance, etc.

C'est pourquoi il faut mettre toutes les chances de votre côté pour avoir des **os solides**.

Les laboratoires pharmaceutiques le savent, et ils ont sauté sur cette fragilité des os après 60 ans... pour en faire une véritable poule aux œufs d'or.

Ce que je vais vous raconter, c'est une des pires magouilles imaginées par l'industrie pharmaceutique :

- Dans les années 1980, ce sont les laboratoires qui font apparaître les premières définitions de l'ostéoporose : « diminution de la résistance osseuse » ou encore « densité minérale osseuse en dessous de la valeur moyenne *d'une population normale jeune* ». Des définitions tellement vastes que la majorité des hommes et des femmes de plus de 50 ans sont alors concernés... surtout si on les compare avec « une population normale jeune ».
- Dès 1980, des chercheurs américains mettent rapidement au point un outil de mesure qui va permettre de justifier la maladie et lui trouver des malades : le **densitomètre**.

- En 1992, l’OMS réunit à Rome un petit groupe de rhumatologues (à peu près tous liés à l’industrie du médicament) pour donner une vraie définition à cette « maladie ». La Professeure Anna Tosteson, directrice du *Darmouth Institute* à Boston, raconte :

*« Il faisait très chaud dans la salle de réunion et les gens étaient en bras de chemise et il était temps de passer à autre chose... Et, franchement, je ne peux plus me rappeler qui s'est levé, a dessiné un schéma et a dit : "Bon, on n'a qu'à faire comme ça." »*

Avec ce consensus douteux, l’ostéoporose était née.

Les firmes pharmaceutiques ont même imaginé un « examen clinique » pour mesurer cette nouvelle « maladie » avec leur nouvel outil, le densitomètre.

Ce qu’on se garde bien de vous dire, c’est que cet examen est spectaculairement peu fiable :

- Le densitomètre est un outil qui mesure une densité en “cm<sup>2</sup>” : or une densité devrait être mesurée sur 3 dimensions, donc en cm<sup>3</sup> ! L’outil minorera donc toujours le score final, votre “Contenu Minéral Osseux” (CMO), poussant votre médecin à vous prescrire un traitement.
- Cet examen est incapable de déceler si vous avez des os larges ou des os fins. Et l’appareil considérera une vertèbre brisée (qui se tasse sur elle-même) comme... une vertèbre en pleine santé ! Etrange, non ?
- Encore plus grave : cette mesure ne dit rien de la *flexibilité* de vos os. C’est bien d’avoir des os « denses » et donc bien rigides, mais pour absorber un choc et éviter la fracture, il faut également qu’ils soient malléables. Or cela, l’examen ne vous le dit pas.

La Haute Autorité de Santé elle-même reconnaît que le test n'est pas vraiment fiable.

Mais cela n'a pas arrêté Big Pharma qui avait vu l'opportunité **en or** de proposer des nouveaux médicaments sur le marché et contrer cette « maladie » qui touche tant et tant de séniors :

## **Des médicaments aux effets secondaires... mortels**

Très vite, des médicaments anti-ostéoporose inondent le marché.

Sauf que comme toujours lorsqu'on interfère de façon aussi brutale avec un processus complexe et naturel, les effets indésirables apparaissent vite.

Ces médicaments perturbent de façon grossière un processus naturel et complexe, le « remodelage osseux », ce processus qui permet à vos os de se régénérer.

**Pire que tout : ils finissent par rendre les os plus fragiles.** Oui au départ, ces médicaments rendent vos os plus denses, plus rigides... mais ils finissent par nuire à leur qualité, et probablement à leur souplesse, indispensable pour absorber les chocs.

Mais ce ne sont pas les seuls effets secondaires répertoriés.

**Cancer, maladies du cœur, dysfonctions rénales, maladies inflammatoires des yeux, troubles intestinaux...** L'historique des médicaments anti-ostéoporotiques fait froid dans le dos :

- Les médicaments fluorés, tellement toxiques qu'ils ont été retirés du marché en catastrophe dans les années 2000 ;
- Le recours aveugle aux traitements hormonaux pour soigner l'ostéoporose entraînant une flambée de **cancers du sein** ;
- Le fleuron français, le *Protelos*, retiré du marché en 2017 car il causait des **maladies cardiovasculaires** dramatiques au lieu de freiner la fonte des os.

Et je ne parle pas des suppléments en *calcium*, encore largement prescrits par les médecins de famille, alors que les apports calciques n'apportent absolument aucun bénéfice aux os.

## Alors comment faire pour protéger ses os ?

C'est pourtant facile : il existe de nombreuses techniques naturelles pour se reconstituer des os plus résistants !

Oui ! Il existe même une méthode *très simple* pour “re-fabriquer” vos os.

Mais ça, personne ne vous le dit !! Ça gênerait trop les intérêts des laboratoires pharmaceutiques.

J'ai entre les mains un document rédigé par un des médecins les plus brillants de sa génération :

Ça s'appelle : “***Vieillir SANS ostéoporose***” [version non censurée] – ***La méthode 4PO***.

Je vais vous expliquer dans un instant comment l'obtenir dès aujourd'hui, mais avant laissez-moi vous expliquer comment fonctionne ce protocole unique pour reconstruire vos os :

## La méthode 4PO pour re-fabriquer vos os

La méthode mise au point par ce grand médecin révèle notamment :

- Les 9 règles capitales de la cuisine anti-ostéoporose (la 4ème est vraiment incontournable). Vous saurez notamment la quantité exacte d'huile d'olive à consommer par jour pour éviter l'ostéoporose ou encore comment débusquer les idées reçues : qui du citron ou de la tomate délivre le plus d'acide ? (indice :

attention, vos sens vont tromper complètement).

- Grâce au système PRAL (Potential Renal Acid Load), vous apprendrez à démasquer les produits acidifiants pour votre organisme (ce ne sont pas ceux que vous croyez !). Si votre alimentation est trop acide, votre organisme sera obligé de “sortir” du calcium de ses réserves osseuses pour absorber l’acidité sanguine. Et il n’aura pas le temps de reconstituer ses réserves !
- La technique pour provoquer des **vibrations osseuses** et ainsi prévenir les fractures.
- La posologie exacte de vitamine D à absorber (qu’il conseille sur la période du 5 septembre au 15 mai) : il vous conseille une autre vitamine, indispensable mais presque disparue de notre alimentation, qui permet de **fixer le calcium sur vos os**.

Ce document unique en France révèle aussi 3 gestes à éviter absolument car ils accélèrent les décalcifications (important s’il vous arrive de prendre des somnifères).

Je ne peux malheureusement pas vous dévoiler tout le contenu du protocole ***Vieillir SANS ostéoporose*** [version non censurée] – ***La méthode 4P0***.

Mais je peux vous dire que c’est vraiment une enquête de référence à garder précieusement dans sa bibliothèque !

Laurence Secchi