



LE LAIT ET LES TROUBLES MENTAUX

Selon plusieurs scientifiques, le lait industriel serait la cause insoupçonnée de nombreuses pathologies neurologiques mais aussi digestives. Des tests existent pour mesurer notre degré d'intoxication et libérer nos organes nettoyeurs.

Ayant traversé bien des époques, le lait demeure aujourd'hui l'un des aliments les plus anciens de notre consommation, le plus présent dans le quotidien de nos pays occidentaux. Boissons lactées, yaourts, fromages, beurres, crèmes, pâtisseries en tout genre... vous n'avez que l'embarras du choix : aucune excuse pour ne pas remplir votre chariot !

Jusqu'à présent le lait était réputé riche en protéines, en acides aminés essentiels, en vitamines A, B, D et source incontournable de calcium. On en a fait le compagnon indispensable de l'alimentation équilibrée.

Et pourtant...

Aliment vital par excellence ? Et pourtant... Un nombre croissant de chercheurs, nutritionnistes, thérapeutes osent remettre en cause les « bienfaits » du lait.

Nombreux sont ceux qui souffrent de troubles digestifs, de pathologies physiques et troubles mentaux... conséquences d'une consommation abusive de produits laitiers.

Simple coïncidences, dirons-nous, rumeurs infondées... ou bien manipulations excessives des firmes agro-alimentaires ?

Pourquoi assistons-nous à une explosion fulgurante du nombre d'intolérants au lait ?

En quoi le lait est-il devenu nocif pour la santé ?

Quel rôle joue-t-il dans l'apparition des troubles physiques et mentaux ?

L'intolérance au lait... cela concerne 75 % de la population mondiale !

Pourquoi l'homme ne parvient-il plus à digérer le lait ?

Problèmes d'assimilation

Au fil du temps, le lait est devenu incompatible avec le système enzymatique humain bien que notre corps fasse son maximum pour l'assimiler.

Et pour cause...

Les excessives manipulations du secteur agro-alimentaire le rendent inassimilable par le métabolisme humain et en surplus, toujours fidèles au poste car toujours présents dans notre organisme, nous retrouvons encore les métaux traces toxiques : ce fameux trio mercure, cadmium, plomb.

Une source inépuisable de toxiques

Voici encore une preuve de la toxicité du lait par ce fameux trio :



Le lait devient un véritable bouillon de toxiques en tout genre : il peut apporter jusqu'à 14 % de l'apport alimentaire en plomb, soit 13,5 à 84 µg / l, suivi de près par le cadmium (9 µg / l) et le mercure (5 µg / l) !

Un véritable problème se pose donc pour nos nourrissons et nos enfants, gros consommateurs de produits laitiers. C'est la raison pour laquelle le Conseil supérieur d'hygiène publique de France proposait qu'une valeur limite de 50 µg / l de plomb soit imposée à tout produit lacté ! C'était en 1996... on l'attend toujours... (Travaux du professeur Maurice Rabache : les toxiques alimentaires.)

Prenons tout simplement l'exemple du mercure : nous le retrouvons, entre autres, sous forme de vapeurs provenant des amalgames dentaires, mais aussi sous forme de conservateurs dans les vaccins (thyomersal ou thimerosal) ; cela cause de graves altérations des parois de l'intestin et du cerveau et de dramatiques dégâts et blocages du système enzymatique.

Finalement, ce redoutable poison termine son parcours en se fixant dans divers tissus et organes.

A cet effet, nos organes vitaux intoxiqués (tels que le foie) tentent, par tous les moyens, de se libérer de ces diverses toxines et cela malgré une consommation journalière d'aliments indésirables dont font partie les produits laitiers.

En effet, **le lait inhibe la libre excrétion des toxiques** tels que le mercure (travaux du professeur Boyd Haley). Les organes nettoyeurs, trop fatigués, débordés, laissent ainsi installer des pathologies qui, selon l'individu, apparaîtront sous différentes formes, en premier lieu dans l'intestin, à divers moments de leur vie.

Les parois intestinales abîmées vont permettre aux peptides morphiniques mal découpés des produits laitiers, de même qu'aux opioïdes du gluten, **de passer librement dans le torrent sanguin** et de s'accumuler dans les divers organes. Pour les personnes qui ont subi en outre les conséquences d'une altération de la barrière hémato-encéphalite (ensemble des cellules nerveuses constitutives de la glia, la barrière du cerveau), **ces peptides vont perturber le système électrique du cerveau.** (Travaux du professeur Massimo Montinari, Italie.)

Et c'est ainsi que les maladies psychiques, à cause d'un mauvais découpage des peptides, pointent leur nez. (Travaux du Professeur Karl Reichelt.)

Parmi les troubles psychiques et mentaux, nous retrouvons :

- les troubles de la mémoire et de la concentration ;
- l'hypoactivité ;
- la mélancolie ;
- la dépression ;
- les divers syndromes autistiques ;
- une insensibilité à la douleur ;
- l'automutilation ;
- l'anorexie et la boulimie ;
- mais également l'épilepsie pharmacorésistante.



En effet, de telles casomorphines ont été retrouvées en quantité importante dans les urines de ces sujets. (Travaux des professeurs Andrea Pelliccia, Italie, et Karl Reichelt, Norvège.)

Une analyse urinaire

Ces troubles peuvent être décelés par une simple analyse urinaire peu coûteuse, la peptidurie, mise en lumière par le professeur Karl Reichelt après des années de recherche à l'hôpital universitaire d'Oslo. **Celle-ci nous permettra de repérer les morphines et de les quantifier**, elles qui perturbent l'activité électrique du cerveau et qui sont responsables de tout ce cortège de pathologies psychiatriques.

Un test pour détecter l'allergie

Pour les personnes qui souffrent davantage de failles du système enzymatique, le lait est également une source de graves pathologies physiques. Le lait dégrade, entre autres, la paroi intestinale (destruction du collagène) et **inhibe certaines enzymes** et en particulier la peptidase PP4, seule enzyme digestive capable de digérer la caséine, une des molécules du lait qui, de surcroît, est modifiée par la cuisson. Ces protéines ne sont donc pas complètement dégradées. (Travaux du professeur Boyd Haley, Etats-Unis.)

Et c'est ainsi que s'installe l'*intolérance alimentaire*. Pernicieuse et silencieuse, sans réaction immunitaire immédiate, elle laisse, par accumulation, libre cours au développement de toute une « ribambelle » de troubles physiques. Ainsi, apparaissent des maladies qui peuvent sembler banales mais qui, avec le temps, vont devenir chroniques et graves telles que :

- troubles du poids ;
- maux de tête, encéphalites chroniques...
- croûte de lait, muguet et diarrhées du nourrisson ;
- problèmes ORL (sinusites, bronchites, rhinites, otites, asthme...)
- troubles de la vision, dont strabisme et conjonctivites ;
- troubles de la peau (dermatoses, eczéma, acné juvénile) ;
- maladies inflammatoires et rhumatismales (arthrose, arthrites...), fibromyalgie ;
- spasmophilie ;
- fatigue chronique.

Chez les enfants et les adultes, la fréquence de la consommation des produits laitiers est aussi incriminée pour déclencher diverses allergies.

Le lait est également à incriminer dans le problème du diabète de type 1. Il est de même responsable du déclenchement de l'ostéoporose que, logiquement, il serait censé prévenir ! Le lait en serait même un facteur favorisant. (Travaux du Dr C. Campbell.)

Il est possible de détecter l'intolérance au lait, au gluten et à bien d'autres aliments encore grâce à une analyse biochimique telle que le Cytotest.



Détoxifions nos organes

Ces deux merveilleuses analyses, la peptidurie, précédemment évoquée, et le Cytotest, nous permettent d'éclairer ces divers mécanismes malheureusement encore méconnus par certains professionnels de la santé.

Interprétés de façon individuelle et personnalisée par les nutritionnistes détoxologues, elles nous permettront de stopper les accumulations dans les différents organes, de les libérer et donc de constater, avec le temps, l'amélioration constante des pathologies, même les plus lourdes.

Pour conclure, observons plutôt nos voisins asiatiques : ils ne consomment presque pas de produits laitiers, sans conséquences apparentes sur leur santé ; le Japon détient même le record mondial de longévité.

Elke Arod.

Nutri-diététicienne détoxologue, présidente de l'association Stélior. Photo Agathe Bay.

L'ASSOCIATION STELIOR, HYPERACTIVITE, AUTISME, EPILEPSIE...

Cette association est née il y a 15 ans pour répondre à l'ampleur grandissante des pathologies et des troubles scolaires de nos enfants. Il s'agit d'un centre international d'information, de recherches et d'études sur les troubles du métabolisme et du comportement. Stélior propose une formation diplômante en nutri-diététique détoxologique, agréée par Asca International, ainsi que des analyses biologiques permettant de diagnostiquer l'origine toxicologique des troubles neurologiques.

CONTACT

Association Stélior
BP 21
CH-1247 Anières
Suisse

tél. : 0041 22 751.36.36

fax : 0041 22 751.35.36

mél : elke@hyperactif.org

sites : www.stelior.com - www.hyperactif.net - www.sansgluten.org - www.delta6desaturase.com

Lait Adrian Becera.jpg

Selon le professeur américain Boyd Haley, le lait inhibe la libre excrétion des toxiques tels que le mercure. Photo Adrian Becera.