

Chez nous, ne jamais s'exposer au soleil est nuisible pour la santé

☒ Si c'est moi qui le dis... bof... Mais si c'est Le Figaro qui l'a écrit noir sur blanc, alors...

<http://sante.lefigaro.fr/article/une-vitamine-essentielle-au-d-eveloppe-ment-osseux>.

La controverse part d'un bébé mort à cause d'administration de vitamine D. La vitamine D est essentielle car elle fixe le calcium dans les dents et les os. Faut-il en administrer ? Pas sûr, car une nourriture saine et équilibrée contient tout ce qu'il faut et notre corps contient une réserve de vitamine D sous forme de pré-vitamine qui est synthétisée sous l'action des rayons UV à condition d'aller au soleil. Sans vitamine D, les enfants grandissent mal, ils sont rachitiques, les femmes développent de l'ostéoporose, etc. Les médecins conseillent des thérapies hormonales dès l'approche de la ménopause pour prévenir l'ostéoporose, mais il pourrait y avoir de petits inconvénients genre cancers... alors que la cure naturelle quotidienne alimentation + mouvement + soleil fait fort bien l'affaire.

Tout se tient, ce fameux calcium est aussi indispensable dans la transmission électrique entre les nerfs et les muscles: sans calcium, pas de mouvement et c'est pas la joie dans le cerveau non plus... (voyez Wiki)

Ô soleil, soleil!...

<https://www.youtube.com/watch?v=M-ji0EnW7EI>

<https://www.youtube.com/watch?v=M-ji0EnW7EI>

Sans soleil l'être humain se fane comme un géranium dans un galetas... Le soleil agit aussi sur la glande pituitaire qui est le chef d'orchestre des hormones... D'ailleurs, dès qu'après la morosité hivernale, le soleil printanier refleurit et titille cette glande, les petits oiseaux chantent, on a des papillons dans les plexus et on se sent pousser des ailes... Bref la nature ! C'est pas pour rien que nous avons recours à l'héliothérapie, naturisme, nudisme et l'île du Levant.

Ben oui, nous les blancs de souche, si nous sommes blancs, c'est parce que nous ne vivons pas sous les tropiques et donc depuis des millénaires nous nous adaptons à notre habitat et sommes blancs pour capter le plus possible de rayons solaires, pour que les UV synthétisent notre provitamine D sinon c'est "foutu gâteau"... Mais voilà: depuis quelques décennies il y a des "Petits Pays Chauds" (cf. Daudet) qui eux proviennent d'un habitat tropical, immigreront chez nous et n'ont pas hérité de millénaires d'adaptation à notre habitat héliophile et qui pour comble, au lieu de manger, boire et se bouger quotidiennement au soleil comme nous, se couvrent de la tête aux pieds...

Ben oui, comme on le fait forcément dans les pays chauds où le soleil vous sèche comme un hareng si vous ne vous en protégez pas (trop de soleil c'est aussi le danger du cancer de la peau). Il y a problème quand ces personnes qui changent d'habitat ne se conforment pas aux exigences du nouvel habitat car elles se causent elles mêmes, entre autres maladies, des risques de rachitisme et d'ostéoporose ce qui va causer des douleurs, visites médicales et soins à charge de l'assurance maladie et... du contribuable... Quand le refus d'ensoleillement est imposé à des mineurs d'âge, il s'agit de maltraitance dont les conséquences sont bien plus graves que celles des fessées qui, elles, sont interdites. Ne pas intervenir équivaut à de la non assistance à personnes en danger. Pour les petites filles, grandir avec un déficit en soleil/calcium, c'est encore plus grave car un jour elles vont faire des enfants qui

eux-mêmes ont besoin d'un capital santé au départ.

Faut-il interdire aux nouveaux venus de se couvrir intégralement ? Il faut surtout leur expliquer les risques qu'ils prennent, qu'au cas où ils se rendraient malades par leur propre volonté, la caisse maladie n'interviendrait pas et que contrevenir aux lois de protection de la jeunesse constitue un délit.

On parle beaucoup des risques sanitaires de l'abattage qui ne respecte pas les normes sanitaires de nos abattoirs. Si on en est arrivé à ces normes, c'est pas par caprice mais par expérience pour garantir la santé publique.

D'autres comportements sont tout aussi risqués : si on ne boit ni vin ni bière qui sont des produits naturels et sains (je ne dis pas "s'enivrer", je dis "boire") mais qu'on consomme des quantités de "soft drink", jus de fruits et autres limonades qui sont bourrés de sucres et de produits chimiques... c'est la porte ouverte à l'obésité, diabète ou même le cancer... Voir les vidéos du prof Joyeux :

<https://www.youtube.com/watch?v=0fJb4SaDVcE>

<https://www.youtube.com/watch?v=0fJb4SaDVcE>

Manger épicé et boire du thé? Attention aux pesticides dans les thés et aux crottes de rats dans les épices...

https://www.youtube.com/watch?v=_hRXHYgGitg

https://www.youtube.com/watch?v=_hRXHYgGitg

Selon les principes de la sélection naturelle, si un être vivant ne s'adapte pas à son habitat il meurt. Il faudrait donc avertir tout le monde de ce que la caisse maladie ne va pas payer pour des misères qu'on se provoque soi-même et qui sont une forme d'autodestruction... Ça n'a rien à voir avec la politique, les idéologies, ni les religions, c'est de la biologie et de la physiologie.

Bref: si le Bon Dieu, d'une part a créé la nature avec ses exigences mais d'autre part impose des comportements qui sont contraires aux lois de la nature, ou bien c'est un farceur ou bien il y a un problème.

Anne Lauwaert