

10 produits cancérigènes à éliminer de votre maison et dangers du Wi-Fi



[Source anglaise :

<https://www.healthyandnaturalworld.com/cancer-causing-products-to-remove-from-your-home/>]

Par Jenny Hills, nutritionniste et écrivain médical

En

tant que parent et conjoint, vous essayez de faire en sorte que votre famille soit en bonne santé et heureuse et vous faites tout ce qui est en votre pouvoir pour assurer sa sécurité. Vous ne pensez pas que les produits que vous utilisez pour les protéger peuvent les mettre en danger.

Lorsque

vous pensez à la santé et au bien-être, une nutrition adéquate et des suppléments figurent souvent en tête de liste des moyens de protéger votre famille. Vous n'envisagez pas, par exemple, d'analyser les produits que vous utilisez pour le nettoyage.

La

vérité est qu'il existe dans notre maison un certain nombre de substances cancérigènes connues qui se cachent sous la douche, dans les toilettes, dans l'armoire de la cuisine et dans le reste de la maison et qui sont susceptibles d'augmenter considérablement le risque de cancer.

Voici

une liste des dangers potentiels, des désodorisants et des bougies parfumées aux rideaux de douche, auxquels vous pouvez vous attendre pour rendre votre maison plus sûre. À la fin de l'article, je discuterai également des signes avant-coureurs que les rayonnements Wi-Fi / cellulaires affectent votre santé et de la façon de réduire les dangers du Wi-Fi.

1. Désodorisants



Selon un rapport publié par le Natural Resources Defense Council, de nombreux désodorisants que nous utilisons régulièrement chez nous contiennent des composés à potentiel cancérigène. La grande majorité des assainisseurs d'air, même certains marqués «tout naturel» ou «non parfumé», contiennent des composés appelés phtalates.

Différents

types de phtalates ont des conséquences différentes sur la santé, bien que la majorité d'eux affecte la santé de la reproduction. Beaucoup d'entre eux peuvent exacerber des problèmes respiratoires tels que l'asthme.

Lorsque

les gens utilisent des assainisseurs d'air, les phtalates sont libérés dans l'air où ils peuvent être inhalés ou peuvent se poser sur la peau et être absorbés. Une fois que ces produits chimiques pénètrent dans le sang, ils peuvent modifier les niveaux d'hormones et causer d'autres problèmes de santé.

Un article paru dans le *Journal of Environmental Health Perspectives* mentionnait que l'exposition aux phtalates pouvait être liée à un risque accru de cancer du sein.

Un autre rapport médical suggère que les phtalates favorisent la prolifération des cellules cancéreuses de la prostate.

Les

assainisseurs d'air faits maison sont l'un des produits les plus simples à fabriquer. L'eau distillée et quelques gouttes de vos huiles essentielles préférées dans une bouteille de spritz, c'est tout ce dont vous avez besoin pour que votre maison garde une bonne odeur. Bien agiter avant chaque utilisation et vaporiser le brouillard autour de votre maison lorsque vous souhaitez rafraîchir l'air. Ou vous pouvez l'utiliser dans un diffuseur d'aromathérapie.

Si vous souhaitez en savoir plus sur les huiles essentielles, vous pouvez trouver des informations utiles dans mon e-book Magical Aromatherapy . Ce livre électronique vous aidera à découvrir le pouvoir des huiles essentielles et les moyens les plus efficaces de les utiliser.

Vous pouvez également utiliser ces 10 installations de filtrage d'air .

2. bougies

Selon plusieurs études, les particules de bougies allumées sont extrêmement dangereuses pour la santé.

Les particules de bougies allumées ont un effet plus puissant que les particules d'échappement de diesel

Une expérience scientifique sur des souris a révélé que des particules provenant de bougies allumées provoquaient des réactions inflammatoires dans les poumons et des cellules endommagées. Les chercheurs ont également constaté que les particules provenant de bougies allumées avaient un effet plus puissant que les particules d'échappement de diesel .

Le Dr Amid Hamidi de l'Université de Caroline du Sud, qui a dirigé l'étude, a déclaré qu'une exposition occasionnelle à une bougie à la paraffine et à ses émissions ne vous affectera probablement pas. Cependant, en éclairer un grand nombre tous les jours pendant des années, ou fréquemment dans une salle de bain non ventilée, par exemple, peut poser problème.

L'exposition aux particules de bougies allumées peut raccourcir la vie

Une autre étude scientifique sur des souris a révélé que l'exposition aux particules provenant de bougies allumées augmentait considérablement la progression des artères obstruées (athérosclérose). Les artères obstruées augmentent considérablement le risque de crise cardiaque, d'accident vasculaire cérébral et même de décès.

La même expérience a également révélé que l'exposition aux particules provenant de bougies allumées induisait le raccourcissement des télomères dans les poumons et la rate. Des études récentes indiquent que la longueur des télomères, qui peut être affectée par divers facteurs liés au mode de vie, peut influencer sur le rythme du vieillissement et l'apparition de maladies associées à l'âge.

Les bougies peuvent contenir du plomb

Bien que le Conseil américain des consommateurs ait interdit la vente de

bougies contenant des mèches en plomb, il est toujours judicieux de vérifier vos bougies pour vous assurer qu'elles ne contiennent pas cette substance potentiellement dangereuse. De nombreux produits parfumés contiennent également des dizaines de toxines et de substances cancérigènes nocives. Vérifiez donc les produits chimiques utilisés pour créer les odeurs de vos produits.

Un

moyen simple de vérifier vos bougies consiste à utiliser un morceau de papier. En tenant la mèche, essayez de tracer une ligne sur le papier. S'il n'y a pas de ligne, la mèche ne contient probablement pas de plomb. Vous pouvez également allumer la bougie et tenir le papier bien au-dessus de la flamme. Si un résidu de suie grise se forme, vos bougies peuvent contenir du plomb.

La US Environmental Protection Agency a constaté que les bougies parfumées dégagent plus de suie que les bougies non parfumées.

Toujours

brûler vos bougies dans un endroit bien ventilé.

Essayez

de choisir des bougies à base de cire d'abeille non toxique (comme celle-ci

). Une autre option pour apporter un parfum apaisant dans votre maison consiste à utiliser cet ensemble diffuseur d'aromathérapie et huiles essentielles

.

3. Rideaux de douche et autres plastiques

Le

prochain danger vient des toxines plastiques qui semblent être partout dans la maison. Vous pouvez reconnaître le polychlorure de vinyle par son abréviation: PVC. Le PVC est le troisième type de plastique le plus produit au monde. Bien que le PVC puisse être sans danger pour certaines applications, comme les canalisations d'égout par exemple, mais lorsqu'il est utilisé dans des environnements pouvant libérer des composés toxiques cancérigènes du PVC, ce polymère plastique pourrait devenir une bombe à retardement.

Les rideaux de douche contiennent du PVC et d'autres composés toxiques qui peuvent être libérés sous la douche. Ces toxines peuvent affecter le système reproducteur, le système respiratoire et peuvent également être cancérigènes. Certains des produits en plastique utilisés dans la fabrication de jouets, de contenants et d'autres matières plastiques pour enfants peuvent également constituer un risque pour la santé (lisez mon article précédent sur 7 bonnes raisons de laisser tomber les contenants en plastique).

Des

alternatives plus saines pour les rideaux de douche comprennent les rideaux en coton naturel (comme celui-ci) ou les rideaux en EVA (l'EVA est une alternative non toxique au PVC) comme celui-ci . Vérifiez les jouets de vos enfants et vos emballages en plastique pour vous assurer qu'ils ne contiennent pas de PVC.

4. Nettoyants à tapis et shampoings textiles

De nombreux shampoings pour tapis et nettoyants pour tissus conçus pour offrir un pouvoir anti-taches supérieur utilisent un produit appelé perchloréthylène. Le perchloréthylène, également appelé tétrachloréthylène, a été associé à une augmentation des risques de cancer du poumon .

Les produits de nettoyage pour tapis et les shampoings pour tissus contiennent parfois un composé appelé naphtalène. Le naphtalène est l'ingrédient principal des boules antimites et l'exposition au naphtalène est liée à un risque accru de cancer de la gorge et du poumon.

Le bicarbonate de soude est un excellent désodorisant et le vinaigre blanc est efficace pour enlever la saleté et les taches. Si vous souhaitez vous débarrasser de votre shampoing pour tapis, saupoudrez vos tapis de bicarbonate de soude, ajoutez du vinaigre à votre eau pour shampoing, puis attendez que vos tapis soient secs. Saupoudrez de nouveau du bicarbonate de soude si nécessaire, puis aspirez la poudre restante.

Le nettoyage à la vapeur est une autre option saine pour garder vos tapis propres sans les produits chimiques contenus dans le shampoing pour tapis. Vous pouvez trouver plus d'utilisations du vinaigre blanc dans mon article sur les 10 utilisations surprenantes du vinaigre dans les ménages .

5. Produits de nettoyage à sec

Selon l'American Cancer Society, un autre agent cancérigène dissimulé dans vos armoires pourrait être le tétrachloréthylène ou le perchloréthylène qui a été utilisé pour vos articles nettoyés à sec. Ces produits chimiques sont souvent inclus en tant que solvants dans des produits tels que les produits de nettoyage à sec.

Le port de vêtements nettoyés à sec peut vous exposer involontairement à ces substances nocives. Assurez-vous que votre nettoyeur local n'utilise pas de perchloréthylène pour nettoyer vos chiffons.

6. Insecticides et pesticides

Le terme famille s'applique généralement à nos amis à fourrure. On pourrait penser que les produits promus comme acceptant les animaux de compagnie seraient effectivement favorables aux animaux de compagnie et aux humains. Cependant, à l'instar de vos produits de nettoyage, de nombreux produits chimiques potentiellement cancérogènes sont également présents dans de nombreux produits de lutte contre les tiques, les puces et les poux.

Certains

produits contre les tiques et les puces contiennent des insecticides organophosphatés, de la perméthrine et des carbamates. Ces produits sont répertoriés comme susceptibles d'être cancérogènes pour l'homme.

Vous pouvez utiliser des méthodes naturelles et obtenir plus d'informations dans mon article sur la façon de se débarrasser naturellement des puces de votre maison, de votre jardin et de vos animaux de compagnie . Vous pouvez également lire mes articles sur la façon de se débarrasser naturellement des araignées , des fourmis , des moustiques et des mouches .

7. Produits antibactériens

Nous

sommes souvent trompés en pensant que certains produits sont automatiquement sûrs. Cela est particulièrement vrai des produits tels que les produits antibactériens qui sont supposés être conçus pour rendre nos environnements plus sûrs.

Les

préoccupations récentes concernant un ingrédient utilisé dans de nombreux produits antibactériens ont conduit à une interdiction d'utilisation de ce produit dans des régions telles que l'UE. Le triclosan est un ingrédient antibactérien et antifongique présent dans de nombreux produits cosmétiques, savons, détergents et même dans les dentifrices (comme Colgate Total).

Les

preuves suggèrent que le triclosan peut être cancérogène. Bien que les tests initiaux n'aient été effectués que sur des souris, les inquiétudes étaient suffisantes pour interdire le produit dans l'UE.

Des produits tels que l'argent ont été utilisés pour leurs propriétés antibactériennes et antimicrobiennes (par exemple, les biotechnologies avancées incorporent de l'argent ionisable dans les tissus à usage clinique afin de réduire le risque d'infections), et l'utilisation de l'argent ne semble pas poser de danger majeur pour l'homme. Cependant, à la maison, vous pouvez fabriquer votre propre savon antiseptique naturel ou votre propre

nettoyant ménager naturel assainissant .

8. Déodorants

Certains

affirment que les déodorants pourraient vous être nocifs et même causer le cancer.

Le Dr Philip Harvey, rédacteur en chef du *Journal of Applied Toxicology*, a examiné les interactions entre les cosmétiques et votre corps. Il dit qu'essuyer les produits chimiques trouvés dans les déodorants sous vos bras et sur les côtés de votre poitrine ou de vos seins «pourrait constituer une voie d'exposition presque directe au tissu sous-jacent contenant des récepteurs d'oestrogènes».

Cela est préoccupant, car les parabènes et l'aluminium, présents dans les déodorants, sont des produits chimiques «œstrogéniques», ce qui signifie qu'ils interagissent avec les hormones ou les cellules de votre corps de manière similaire à l'œstrogène. Selon le National Cancer Institute, un excès d'œstrogènes joue un rôle dans la croissance des cellules cancéreuses, ce qui est très préoccupant en raison de notre exposition quotidienne aux déodorants. Harvey dit que ses calculs suggèrent que ces produits chimiques cosmétiques peuvent «considérablement alourdir les charges œstrogéniques».

Il existe des points de vue opposés sur le lien entre l'utilisation de déodorants et le cancer. Une étude médicale n'a pas trouvé de corrélation entre l'utilisation d'anti-transpirants et le cancer du sein. La FDA a déclaré: «À l'heure actuelle, nous ne disposons pas d'informations indiquant que les parabens, tels qu'ils sont utilisés dans les cosmétiques, ont un effet sur la santé humaine. »

Mais le Dr Philip Harvey a déclaré que « l'absence de preuve n'est pas une preuve d'absence ».

Pourquoi prendre le risque? Au lieu d'utiliser des déodorants du commerce, vous pouvez facilement fabriquer un déodorant à l'huile de noix de coco ou un déodorant à la lavande naturelle .

9. Dentifrices contenant du triclosan

L'utilisation

d'un produit chimique appelé triclosan dans un dentifrice très vendu, Colgate Total, a provoqué de nombreux débats par le passé. Le dentifrice en question, fabriqué par Colgate-Palmolive Co., a été approuvé par la Federal Drug Administration (FDA) en 1997.

À

la suite d'un procès en vertu de la loi sur la liberté d'information (FOIA), l'agence a publié toutes les données de

sécurité qu'elle avait dissimulées sur ce produit. Il est apparu qu'au cours des 18 dernières années, des millions de personnes ont régulièrement mis dans la bouche une toxine potentiellement liée au cancer, aux troubles endocriniens, à la stérilité et à d'autres problèmes de santé.

Qu'est-ce que le triclosan?

Le triclosan est un pesticide et ressemble à un composant majeur de l'arme chimique Agent Orange pulvérisée pendant la guerre du Vietnam. Il est également connu sous le nom de 5-chloro-2-(2,4-dichlorophénoxy) phénol, et a été initialement utilisé dans les exfoliants chirurgicaux pour les mains et autres désinfectants. C'est un dérivé du 2,4-D, qui est un herbicide hautement toxique. Pas exactement une substance que vous vous attendriez à trouver dans votre dentifrice.

Colgate affirme que son dentifrice est sans danger; une affirmation étayée par plus de 80 études cliniques portant sur 19 000 personnes. Le porte-parole de Colgate, Thomas DiPiazza, cite une étude indépendante menée en 2013 par Cochrane, qui n'a révélé aucune preuve d'effets nocifs associés à l'utilisation de Total.

Cependant, le triclosan a été progressivement éliminé des autres produits de soins personnels courants, à l'exception de ce dentifrice. De plus, l'Union européenne a interdit le triclosan à tous les produits en contact avec les aliments.

Cela soulève des questions. La FDA elle-même n'était pas tellement sûre de l'approbation du dentifrice en tant que médicament en vente libre, et craignait que le produit chimique n'augmente le risque de cancer. Pourtant, ça a marché et ça a marché.

La recherche sur le triclosan

Une partie du problème réside dans le fait que, lorsque la FDA a pris sa décision concernant Total, elle n'a examiné que les résultats de la recherche provenant des laboratoires de Colgate. La société a mené une étude sur le cancer, mais même la FDA admet qu'il est difficile de savoir à quel point elle était complète.

Les études montrant des malformations osseuses mortelles chez la souris et le rat, susceptibles de signaler des perturbations du système endocrinien, ont été écartées comme non pertinentes. Cependant,

les experts s'accordent à dire que lorsqu'un produit chimique est considéré comme dangereux pour les animaux, il serait extrêmement risqué de le transmettre à la population humaine.

Lorsqu'une étude présumée indépendante a montré que le triclosan n'avait aucun effet détectable sur la fonction thyroïdienne chez l'homme, il a été révélé que trois auteurs sur cinq avaient reçu une subvention de Colgate. L'un des auteurs affirme que la société n'a pas contribué à la collecte ou à l'analyse de données, mais les doutes ont néanmoins été soulevés.

Produits sans triclosan

D'autres entreprises n'utilisent pas de triclosan dans leurs produits de soin buccal. Comme le produit chimique est également utilisé dans une gamme d'autres produits, à la suite du débat, de nombreuses entreprises ont annoncé l'arrivée d'une gamme de produits sans triclosan, tels que les distributeurs d'aliments pour animaux domestiques.

Toutefois, le fabricant de Total n'envisage pas de modifier la formule de son dentifrice et continue de le commercialiser comme produit qui favorise la santé de vos dents et de vos gencives. Tous avec les bénédictions de la FDA.

10. Batterie de cuisine antiadhésive en téflon

Chimiquement, le téflon est connu sous le nom de *polytétrafluoroéthylène*. Il s'agissait à l'origine d'un sous-produit résiduaire de la production de Fréon, nom commercial des liquides ou gaz ininflammables moyennement toxiques qui sont utilisés comme réfrigérants et comme propulseurs d'aérosols. Le fréon et le téflon sont tous deux produits par la même société, DuPont.

Le téflon est fabriqué à partir d' *acide perfluorooctanoïque* (PFOA), associé à des tumeurs et à des problèmes de développement chez les animaux.

Selon la *London School of Hygiene and Tropical Medicine* , un certain nombre de maladies sont liées à l'exposition à l'APFO:

- Diabète (type 2)

- Cancer
- Faible poids de naissance
- Puberté précoce
- Infertilité et troubles de la reproduction
- Troubles auto-immuns
- Maladie du foie et des reins
- Maladie thyroïdienne
- Taux de cholestérol élevé

Que pouvez-vous faire pour réduire les risques associés au téflon?

- Ne préchauffez jamais une casserole vide.
- Si vous utilisez des casseroles antiadhésives, n'allez pas au-dessus de la chaleur moyenne.

- Si vous voyez que votre casserole est déchiquetée ou endommagée, jetez-la. Les batteries de cuisine antiadhésives doivent être remplacées tous les deux ans pour éviter les fuites toxiques.
- Utilisez uniquement des cuillères en bois pour mélanger les aliments et évitez les ustensiles en métal sur les casseroles antiadhésives.
- Les batteries de cuisine plus lourdes sont généralement de meilleure qualité et chauffent un peu plus lentement, alors choisissez-les.
- Utilisez une batterie de cuisine sans produits chimiques. Optez pour les ustensiles en verre et en argile, les casseroles en acier inoxydable et en cuivre, ainsi que les marmites en fonte. La fonte et l'acier inoxydable sont une bonne alternative aux casseroles antiadhésives et sont durables.

Alternatives au téflon

Verre

Le

verre convient parfaitement à la cuisson, comme les plats en pyrex. Ils ne sont généralement pas conçus pour une utilisation sur une cuisinière.

De

plus en plus de gens choisissent des pots en verre pour leur design simple, leur couleur élégante et leur style élégant. De plus, la surface lisse des pots en verre facilite leur nettoyage.

Fonte
de fer

La

fonte est parfaite pour une utilisation au four ou sur une cuisinière. La fonte est ma préférée parce qu'elle est si polyvalente. Bien que les ustensiles de cuisson en fonte ne contiennent pas d'APDF0, il est important de s'assurer que les

ustensiles de cuisine que vous choisissiez répondent à toutes les réglementations en matière de niveaux de plomb et de cadmium.

Acier
inoxydable

Cela
peut être un peu délicat, car je trouve que la nourriture a tendance à coller à ma batterie de cuisine en acier inoxydable, mais beaucoup de gens préfèrent l'utiliser.

Bien
que des recherches soient nécessaires pour trouver les meilleures alternatives non collantes à votre goût, je le recommande vivement. Si vous préparez la plupart de vos repas à la maison, il est important de ne pas vous exposer aux risques inhérents à la cuisson avec un antiadhésif.

Ne prenez pas la sécurité pour acquis

La
liste de produits ci-dessus n'est qu'un échantillon des dangers potentiels des produits que nous prenons pour acquis. Vous devez vous intéresser activement aux produits sur lesquels vous comptez pour assurer la sécurité de votre famille. Recherchez les produits que vous utilisez régulièrement et recherchez les ingrédients.

La détoxification de votre maison fait partie intégrante du concept de désintoxication. Cela inclut non seulement la détoxification de votre corps, mais également la détoxification de votre esprit et des environnements les plus proches. Vous pouvez trouver plus d'informations sur ce concept dans mon livre électronique The Detox Guide (Guide de désintoxication) , qui vous apprendra comment utiliser la détoxification pour purifier et dynamiser votre corps et votre esprit, et comment désintoxiquer votre maison.

Panneaux d'avertissement indiquant que le rayonnement Wi-Fi / cellulaire affecte votre santé et comment réduire les dangers du Wi-Fi

Il
est pompé dans nos ordinateurs, téléphones, ordinateurs portables et tablettes. Il flotte autour de nos maisons, de notre lieu de travail, de nos trains et même de nos avions. Depuis sa création au début des années 90, le Wi-Fi fait désormais partie de notre quotidien, mais devrions-nous lui faire aveuglément confiance? Le Wi-Fi est-il mauvais pour la santé?

Bien

sûr, le Wi-Fi est une commodité miraculeuse pour la personne moderne. Des centaines de millions de personnes l'utilisent quotidiennement pour se connecter au Web. Cela nous aide à travailler, à rester divertis et à communiquer avec les autres. Mais est-ce bon pour notre santé?

Les dangers du Wi-Fi font encore l'objet de spéculations dans le monde médical car il est devenu trop commode de le remettre en question. Le fait est que les champs électromagnétiques générés par notre technologie ne sont pas naturellement conçus pour être absorbés par notre corps. La question de l'impact des champs électromagnétiques sur notre santé ne vient que récemment de susciter l'inquiétude des experts médicaux.

Syndrome d'hypersensibilité électromagnétique (EHS)

Le syndrome d'hypersensibilité électromagnétique, ou EMS, concerne les personnes exposées à des champs électromagnétiques. Des études montrent à présent que ce problème médical est beaucoup plus crédible que nous l'aurions pensé.

Selon une étude, une station de base de téléphone sans fil placée à environ un mètre de votre tête et branchée pendant trois minutes à la fois peut perturber considérablement le rythme cardiaque. Cette étude est dirigée par Magda Havas, Ph.D., du département des études environnementales et des ressources de l'Université Trent, au Canada.

Jusqu'à présent, les experts ont pu classer les personnes touchées en deux groupes. Il y a les personnes qui souffrent de symptômes mineurs et celles qui sont plus gravement touchées.

Le docteur suisse Thomas Rau de la clinique Paracelsus a constaté que dans les zones modernisées, près de 40% des patients avaient des effets secondaires négatifs dus aux CEM, tandis que 8% présentaient des symptômes plus graves.

Symptômes mineurs d'EHS

Vous êtes peut-être quelqu'un avec EHS et vous ne le réalisez même pas. Se promener simplement dans les zones à fortes concentrations de CEM peut aggraver les symptômes suivants:

- Sensations de faiblesse, étourdissements ou vertiges

- Sensations
de démangeaisons et de brûlures sur votre peau
- Maux
de tête spontanés et obstinés
- Douleur,
inconfort et douleur dans les muscles
- Sensation
de nausée ou de maladie
- Manque
de concentration et de clarté

Des dangers plus graves d'EHS

Certains

médecins pensent que l'exposition aux champs électromagnétiques peut également entraîner des problèmes plus graves chez les personnes extrêmement sensibles. Selon le Dr Rau, l'exposition à des charges électromagnétiques peut contribuer aux problèmes médicaux suivants:

- ADD et ADHD
- Migraine chronique
- Insomnie
- la maladie de Parkinson
- Mal de dos chronique
- Arythmie
- Cancer

Presque inévitable

Il

semble étrange qu'un problème médical ayant un potentiel négatif aussi grave retienne si peu l'attention. Comment une partie aussi commode de notre vie quotidienne peut-elle avoir ces effets négatifs? Pourquoi n'y a-t-il pas plus de recherche en cours?

Les

entreprises qui économisent des millions de dollars grâce à leurs services Wi-Fi ne veulent probablement pas répondre à cette question autant qu'elles ne veulent pas que vous leur posiez la question. Le Wi-Fi et les CEM connaissent une croissance exponentielle et ne montrent aucun signe de ralentissement. Selon certaines estimations, le nombre de points chauds devrait tripler d'ici à 2015.

Vous

n'avez pas besoin d'être un expert en technologie pour être exposé aux CEM tous les jours, ils vous trouveront quand même. Une forte majorité des personnes autour de vous émettent des signaux directement dans leurs poches et leurs sacs à dos.

Les

magasins et les restaurants exploitent le potentiel de revenus du Wi-Fi et l'installent dans leurs établissements. Même si vous n'avez pas du tout de téléphone portable, vous pouvez être une victime.

Il

peut être difficile d'éviter de s'imprégner de notre culture saturée de médias, mais cela ne signifie pas que vous ne pouvez pas prendre de mesures pour réduire l'exposition. Quelques changements mineurs dans la vie peuvent vous épargner le risque d'une absorption excessive des CEM.

7 étapes pour réduire les dangers du Wi-Fi

Renforcez la force de votre système immunitaire. C'est le plan d'action le plus important car il permettra à votre corps de rejeter plus efficacement les effets des radiations. Un régime solide d'aliments biologiques, une grande quantité d'eau et une quantité adéquate de vitamines et de minéraux vous feront du bien. Vous pouvez également lire mon autre article sur la manière de renforcer votre système immunitaire naturellement .

Utilisez

des lignes fixes à la maison, au travail et partout où cela est possible. Cela cause beaucoup moins d'exposition qu'un téléphone cellulaire. Si possible, restez sur les téléphones avec fil – ils constituent le moyen le plus sûr de communiquer sans pénétration de CEM.

Ne

gardez pas votre téléphone dans vos poches, vos vêtements ou votre ceinture. Essayez de le transporter quelque part en dehors de votre corps, comme dans une valise ou un sac à main.

Gardez

les ordinateurs portables sur vos genoux. Je sais que le nom de l'appareil contredit ce concept, mais les ordinateurs portables reçoivent et émettent constamment des ondes électriques.

Si

vous devez utiliser un téléphone portable, faites de la messagerie une priorité sur les appels. Non seulement il est plus pratique, mais il est également moins dangereux que de placer le téléphone directement à côté de votre cerveau.

Si

vous avez des enfants, éloignez-les des téléphones portables. Les enfants ayant un corps en développement sont les plus vulnérables aux effets mystérieux du Wi-Fi et des autres champs électromagnétiques. Ils peuvent vous en vouloir, mais c'est pour le mieux.

Apprenez

à utiliser le mode avion chaque fois que vous le pouvez avec vos appareils. Il désactive les données Wi-Fi et cellulaires, ce qui permettra également d'économiser une tonne de vie de la batterie. Si vous ne vous attendez pas à donner ou à recevoir une communication pendant la nuit, éteignez complètement votre téléphone avant de vous coucher.

Notre

connaissance des champs électromagnétiques est encore limitée, mais pourquoi le risquer? Avec la spéculation que cela pourrait agir comme cancérigène et nuire à votre ADN, il est clair qu'il ne faut pas en tenir compte. Si vous prenez les choses en main et tentez de réduire l'exposition, vous pourriez vous préparer un avenir heureux et plus sain. Ne croyez pas que le monde sera fini non plus – les humains s'entendraient bien sans technologie pendant des milliers d'années!

Articles Liés:

- Quel est le degré de sécurité de votre batterie de cuisine antiadhésive?
- 6 dangers cachés des désinfectants pour les mains
- Cuisiner avec du papier aluminium – Est-ce une option sûre?

Resources

- [1]Hidden Hazards of Air Fresheners
- [2]<http://www.cpsc.gov>
- [3]<http://www.snopes.com/>
- [4]<http://www.washington.edu/>
- [5]<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25015929>
- [6]<http://www.epa.gov/>

[7]<http://www.cancer.org/>
[8]<http://www.humanesociety.org/>
[9]<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16766878>
[10]<http://time.com/3922814/deodorant-cancer/>
[11]<http://www.bloomberg.com/news/2014-08-11/in-35-pages-buried-at-fda-worries-over-colgate-s-total.html>
[12]<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14639125>
[13]<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12381712>
[14]<https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk/myths/antiperspirants-fact-sheet>
[15]<https://www.cancer.org/cancer/cancer-causes/antiperspirants-and-breast-cancer-risk.html>
[16]Lung inflammation and genotoxicity in mice lungs after pulmonary exposure to candle light combustion particles

Source URL –

<https://www.healthyandnaturalworld.com/cancer-causing-products-to-remove-from-your-home/>