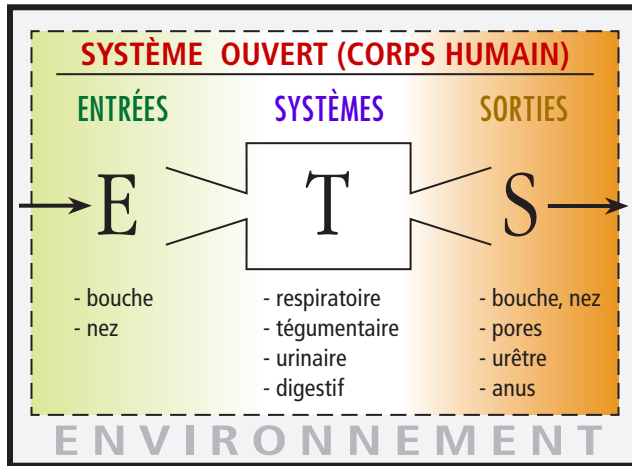


L'IMPORTANCE DE LA DÉTOXICATION

Tant que nous n'avons pas évacué un certain pourcentage des toxines, nous ne pouvons ressentir un certain bien-être.

Notre corps n'a que quatre portes de sortie, la finalité de quatre voies d'élimination régit par quatre systèmes ayant chacun un organe émonctoire. Ce qui est résumé dans le tableau suivant :



L'intoxication, soit l'impossibilité d'évacuer tous les déchets quotidiennement, perturbe bien entendu toutes les composantes internes du système. De plus, un organisme intoxiqué ne peut plus digérer correctement les aliments digérés, peu importe leur qualité. C'est pour cela que tant de personnes ont de la difficulté à maintenir leur nouveau régime végétarien ou crudivore. Elles se sentent plus faibles et même plus malades strictement parce que leur intoxication ne permet plus d'assimiler suffisamment de nutriments. Les aliments ingérés qui se retrouvent dans un système digestif encrassé nourrissent les bactéries et non plus les cellules... et les bactéries ex-crètent des toxines... et veulent toujours plus de bouffe.

Avant de penser à changer de régime alimentaire, commencer par détoxifier votre corps, la transition alimentaire sera ensuite énormément plus facile.

Le métabolisme de notre corps produit des déchets qui doivent être évacués, de même que les toxines ingérées qui s'éliminent par le gros intestin, les reins, le foie, les poumons et la peau.