



SANTÉ

Le sel : l'allié méconnu contre nos petits maux quotidiens



Le sel, on nous demande souvent de le consommer avec parcimonie, sinon il peut favoriser l'hypertension, la rétention d'eau, le vieillissement de la peau ou encore une insuffisance cardiaque ou rénale. Cela étant, il n'en est pas moins indispensable à notre organisme et, ce que nous ignorons trop souvent, c'est qu'il est un remède naturel capable d'endiguer bien des petits maux quotidiens. Ainsi, en cas de rhume, de sinusite ou même d'angine, dissoudre une cuillère à soupe de sel marin dans un litre d'eau chaude avant d'injecter la solution dans chaque narine est très efficace pour déboucher les voies respiratoires. Pour les douleurs buccales, se rincer la bouche avec le même mélange, plusieurs fois par jour, soulage les petits maux. Pour atténuer rhumatismes, crampes (et même stress !), dissolvez dans un bain un kilo de sel marin non raffiné, quelques gouttes d'huiles essentielles de camomille, puis plongez-vous dans cette douce décoction pendant 15 à 20 minutes. Cela soulagera également les pieds gonflés, surtout si vous finissez le soin par un jet d'eau froide. Pour calmer les maux de tête, mélangez une demi-cuillère à café de sel de l'Himalaya avec le jus d'un demi-citron bio dans un verre, puis buvez la préparation d'une traite. Contre les pellicules, le sel est également un excellent remède. 2 à 3 fois par semaine, mélangez du sel fin marin dans un demi-verre d'eau puis frictionnez le cuir chevelu. Enfin, pour les verrues souvent tenaces, coupez un oignon en 2, videz les 2 parties centrales et remplissez-les de gros sel. Laissez agir pendant au moins une heure. Récupérez le jus qui en sort dans un bol, filtrez et appliquez sur la verrue 2 à 3 fois par jour, pendant 10 jours.



ANIMAUX

Sauvetage des abeilles : les néonicotinoïdes interdits, sauf pour nos animaux domestiques !

En butinant, les abeilles détectent la qualité des fleurs qu'elles pollinisent. Or, avec le temps, il semble que ce sont les fleurs traitées ou contaminées par des pesticides, appelés "néonicotinoïdes", utilisés par les exploitants agricoles, qui les attirent. La toxicité des néonicotinoïdes est avérée, s'attaquant au système nerveux des insectes et les tuant à petit feu. C'est pourquoi, et suite à la colère des apiculteurs qui dénoncent l'augmentation catastrophique de la mortalité des abeilles, 5 néonicotinoïdes sur 7 sont interdits depuis le 1er septembre. Mais qu'en est-il de nos chiens, chats, lapins ou furets pour lesquels une cinquantaine de produits anti-parasitaires (généralement les colliers anti-puces pour chiens et chats, mais aussi les gels contre les blattes, les appâts contre les fourmis et autres stickers contre les mouches) contenant des néonicotinoïdes sont toujours commercialisés ? Certes ils sont souvent efficaces, à telle enseigne que pour éviter tout danger pour la santé humaine, il est recommandé de ne pas toucher son animal pendant 24 heures après lui avoir administré son traitement à base de néonicotinoïdes. Or, certains propriétaires font fi de ces conseils, se mettant eux-mêmes en péril, tout comme les enfants et les femmes enceintes. Certains parents pensent même qu'ils peuvent traiter les poux avec ces produits vétérinaires ! Alors, tant que les néonicotinoïdes resteront présents dans les produits animaliers, observez strictement les conditions d'utilisation, lisez bien les notices pour vous protéger vous et votre famille de leurs effets potentiellement néfastes. Ces derniers n'ont pas encore été mis en évidence pour l'homme mais dans le doute... abstenons-nous et optons plutôt pour des traitements naturels pour lutter contre les parasites de nos animaux.

