

La Dre Jennifer Armstrong a expliqué comment des intolérances alimentaires cachées peuvent rendre les personnes extrêmement sensibles aux produits chimiques présents dans la vie quotidienne. Elle s'appuie sur le concept de « charge totale », selon lequel le corps humain ne peut supporter qu'un certain niveau de stress global. Si votre corps est constamment occupé à lutter contre les toxines potentielles présentes dans les aliments, vos défenses immunitaires s'affaiblissent, vous rendant vulnérable aux expositions chimiques présentes dans l'air et l'environnement. Pour guérir complètement d'une maladie chronique, il faut adopter une approche holistique axée sur la qualité de l'air, la pureté de l'eau et une alimentation adaptée.

Lorsque les aliments irritent l'organisme, ils provoquent un large éventail de symptômes courants tels que la fatigue chronique, les maux de tête, le brouillard cérébral, les douleurs abdominales, les crampes articulaires et l'insomnie. Chez les enfants, cela se manifeste souvent par des otites, de l'eczéma et de l'hyperactivité. Alors que les gens comprennent facilement les allergies classiques aux arachides ou au lait, les intolérances sous-jacentes au gluten, aux substances chimiques alimentaires naturelles et aux métaux lourds sont généralement ignorées.

Un schéma clair relie ces sensibilités alimentaires et chimiques sévères aux personnes présentant des articulations lâches et des tissus conjonctifs fragiles, une vulnérabilité génétique expliquée par un cadre théorique appelé « théorie RCCX ». Ce lien génétique rend les personnes sujettes à un système immunitaire affaibli, à un manque d'énergie et à des troubles mastocytaires, ce qui les rend très sensibles à leur environnement.

En fin de compte, la présentation de la Dre Armstrong met en évidence la manière dont notre biochimie interne est directement liée au monde qui nous entoure. Elle démontre que l'alimentation est une pierre angulaire essentielle de la santé environnementale. Lorsque des intolérances alimentaires cachées provoquent une inflammation intestinale chronique, elles détruisent la capacité de l'organisme à absorber les nutriments vitaux, épuisant ainsi le carburant même nécessaire pour traiter et éliminer les toxines quotidiennes.

Cette lutte interne constante pour l'homéostasie épuise le système immunitaire et alourdit la charge totale de l'organisme, augmentant considérablement la vulnérabilité d'une personne aux expositions chimiques de son environnement. En reconnaissant ces interactions uniques entre le corps et l'environnement, la SCM est réinterprétée non pas comme une sensibilité isolée, mais comme une défaillance systémique où un corps surchargé et mal nourri ne peut plus se défendre contre les menaces chimiques du monde moderne.

Références

Acta Psychiatr Scand. 2006 Feb;113(2):82-90. Kalaydjian AE, Eaton W, Cascella N, Fasano A. Department of Mental Health, Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, Baltimore, MD 21205, USA.