

Información de Toxinas

Vivimos en un mundo rodeado de moléculas tóxicas producidas por el hombre **que no son toleradas por el cuerpo**. Un ejemplo es aquello que pone en casi todos los cosméticos y los productos de cuidado personal para hacer que huelan bien, el perfume.

En realidad, son necesarios más de 3.000 ingredientes químicos diferentes para crear la amplia variedad de olores con la que nos topamos en el armario del cuarto de baño todos los días. Cuando se optimiza la expresión celular y la función metabólica se puede vivir definitivamente sin esta grandísima cantidad de toxinas, las cuales están implicadas en una serie de procesos diferentes sobre el bienestar de la persona. Haz todo lo que este en tu mano para evitar estas fuentes de toxinas, sustituyéndolas por productos alternativos naturales y libres de químicos. Una buena base nutricional te ayudará a eliminar muchas de las que se cuelan en tu dieta y estilo de vida diarios.

Químicos

Plásticos disolventes	Medicación Barniz	Gases de escape Pegamentos	Humo de tabaco Lacas	Polución Industrial Tintes
Detergentes Perfumes Productos de limpieza	Pesticidas Textiles Alcohol	Tintes de pelo Lubricantes Cosméticos	Desinfectantes Agua de la Piscina Cuidado Personal	Germicidas Lejía Tinta/toner
Anticongelante	Pintura	Repelentes de insectos	Fertilizante	Herbicidas
Preservativos Café Descafeinado	Productos derivado del Petróleo Goma	Pasta de dientes Cemento	Enjuagues bucales Manufacturación	Algunos Frutos secos Alimentos (aditivos)

Radiación (ionizante – NO EMF o ELF)

Rayos-X	Rayos X de placas Dentales	Reactores Nucleares	Rayos Cósmicos (sol)	Gas radón
Tomografía axial computerizada	Radiación médica	Torón	El Espacio	El Fondo (la tierra)

Metales Tóxicos

Antitranspirantes Utensilios de aluminio	Desodorantes Aditivos Alimentarios	Sal Medicación	Latas Cosméticas	Papel de Aluminio Tabaco
Motores Diesel	Pesticidas	Dispositivos Dentales	Amalgamas	Antiácidos
Refrescos Tinte de pelo	Té Utensilios de Cocina	Café Joyería	Detergentes Esmalte de uñas	Ablandadores de agua Tinta/toner
Tuberías Viejas Látex Enjuage Bucal	Comida enlatada Productos derivados del petróleo Pavimentos Baldosas	Baterías Almidón/Féculas Productos de vidrio	Productos de algodón Aceites Hidrogenados Disolventes	Pinturas Electrodomésticos Agentes de limpieza en general

Estas tablas no son definitivas, hay literalmente miles y miles de productos con los que entramos en contacto y que contienen o han sido fabricados usando productos químicos. Haz un esfuerzo para identificar y eliminar los productos más obvios a los que estás expuesto diariamente.