



BIODELYANCE

Les dioxines

Les dioxines sont hautement dangereuses pour toutes les cellules de notre corps.

Une dioxine chimique peut causer le cancer, spécialement celui du sein.

Récemment, Edward Fujimoto, Directeur du programme de bien-être à l'hôpital Castle, est passé dans un programme de TV, pour expliquer ce danger pour la santé.

C'est en chauffant les aliments au micro ondes dans des récipients en plastique que les dioxines sont libérées.

Avec la combinaison du gras, des hautes températures et du plastique, il résulte les dioxines se retrouvent dans les aliments et finalement, dans les cellules du corps.

Les bonnes habitudes

- Ne pas mettre de récipient de plastique dans le micro ondes
- Ne pas congeler d'eau en bouteilles.
- Ne pas envelopper de plastique pour passer au micro ondes...
- Utilisez du verre, comme les ustensiles Pyrex, ou les récipients de céramique, pour réchauffer les aliments... Vous obtiendrez les mêmes résultats, sans les dioxines.
- Les emballages de plastique comme le film étirable sont aussi dangereux quand on les met dessus pour cuire les aliments au micro ondes. A mesure que l'aliment est bombardé par les ondes, les hautes températures entraînent réellement la dilution de l'emballage plastique et les dioxines dangereuses gouttent sur l'aliment.

Voici quelques temps, certains restaurants de restauration rapide ont changé de récipient, passant du plastique style polystyrène au papier. Le problème des dioxines était l'une des raisons de ce changement.