

Los Iones y la Salud

Florencio Escardó
Médico Pediatra

Son cosas simples y de aplicación cotidiana pero que, sabidas por el conocimiento elemental no se han hecho carne en la practica doméstica y en la higiene corriente.

De los multiples factores que actuan sobre nuestro organismo hay uno que, conocido desde antiguo en sus graves efectos, permanece en la penumbra en lo que hace a su manejo y a la profilaxis de sus efectos; me referia a los iones. No me detendré en su descripción que el lector interesado puede encontrar en cualquier libro de fisica elemental. Me quedare en lo esencial para la comprension de mi objeto inmediato.

La electricidad del aire que actúa en forma activa procede de particulas llamadas moléculas que poseen una determinada carga eléctrica; las hay positivas y negativas, pero tal codificación que hace al aspecto fisico-químico no se comprende en sus efectos sobre la salud. Debe haber un equilibrio en la cantidad de uno y otro tipo de iones y en la relación habitual en campo abierto es de cinco positivos a cuatro negativos. Cuando esta relación o equilibrio se rompe, se producen efectos muy concretos sobre el organismo humano y sobre todo los seres vivos. Un exceso de los positivos trae depresión, molestia general, mayor riesgo y frecuencia de hemorragias en los operados y, en especial, definidos cambios de carácter y comportamiento. De lo que es buen ejemplo el conocido viento Zonda de nuestra zona cuyana que tiene –amén de su efecto conocido sobre en el humor de las gentes- precisa influencia sobre la mortalidad de los bebes. Los iones negativos, en cambio son euforizantes y tónicos.

El equilibrio ionico se altera en muchas ocasiones naturales, todos conocemos el malestar que precede a las lluvias (exceso de iones positivos) y el alza de tonicismo orgánico que se

experimenta cuando la tormenta ha pasado (producción de iones negativos).

*Pero no se trata solo de variaciones meteorológicas naturales, el hombre, se capa de confort y comodidad, , se ha dado en crear microclimas variando la iluminación, la temperatura o la ventilación de los ambientes en que vive y –de modo general- lo ha hecho modificando uno solo de los factores, por ejemplo, la temperatura, dejando de lado lo demás. La ignorancia causal ha llevado a que también se ignore las consecuencias negativas produciendo lo que de modo genérico se ha llamado **enfermedades de la civilización**. Un solo ejemplo para fijar el concepto: Loa tubos fluorescentes, llamados tubos de neon, son activos productores de iones positivos y su empleo continuo basta para envenenar ionicamente el aire, produciendo en quienes viven o trabajan en él malestares múltiples como cefaleas, malhumor, irritabilidad, cansancios bruscos e inopinados que los médicos tratan de una u otra manera y que cesan cuando los concedores de la ecología atmosferica hacen cambiar tales tubos por bombillas corrientes e introducen en el ambito pequeños aparatos productores de iones negativos, aparatos que ya comienzan a ser utilizados entre nosotros, de facil manejo, y que algunos médicos empleamos hace tiempo ante cuadros de tipo respiratorio como las múltiples formas de asma. El tema da para mucho mas, pero aquí quiero referirme a problemas mas inmediatos de higiene; en particular la que se refiere a los niños, mis aseveraciones se basan en una larga practica. Por lo demás, todo médico debe tener en cuenta el **factor iones** en el tratamiento de sus pacientes.*

Vamos a lo concreto: el clazado con suelas aisladoras (caucho o cualquier material sintético) impide la descarga a tierra de las cargas eléctricas que se producen en múltiples circunstancias en las que nuestro cuerpo puede cargarse a potenciales de decenas de millones de

voltios. El chico se convierte en un condensador, si de noche padece un "falso crup" la mamá, por consejo del pediatra, lo lleva al baño y abriendo la ducha lo somete a lo que ella (y el doctor) creen que es un baño de vapor, cuando en realidad es un baño benéfico de Iones Negativos.

Un pequeño aparato productor de ellos y puesto en la mesa de luz le hubiese ahorrado la ducha...y el falso crup. Debemos andar descalzos y sobre el suelo natural lo más que nos sea posible.

Queda dicho que las alfombras de material sintético –que son aisladores– son fuente habitual de intoxicación iónica y deben ser sustituidas radicalmente por las de lana y paja; los muebles de material sintético (formicas y otras formas de plásticos) deben ser desterrados de las habitaciones de los niños, así como las cortinas, tapices y colchas pues alteran intensamente el equilibrio iónico. Lo mismo reza, y de modo enfático, para la ropa de nylon y toda clase de acrílico. El niño, y en especial el bebé sólo debe usar ropa de algodón, lana o hilo. Y no hay discusión al respecto.

Habría muchas cosas más que decir y he de volver sobre el tema, por hoy me limito a señalar a mis lectores el libro titulado "El efecto de los iones", de Fred Soyka y Alan Edmonds de la Editorial Edaf, Madrid, en la seguridad que entraran en un mundo en que la higiene de la medicina oficial tarda en penetrar.