



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 práctica doméstica y en la higiene corriente. De los múltiples factores que actúan sobre nuestro organismo hay uno que, conocido desde antiguo en sus efectos, permanece en la penumbra en lo que hace referencia a su manejo y a la profilaxis de sus efectos; me refería a los iones. No me detendré en su descripción en lo que el lector interesado puede encontrar en cualquier libro de física elemental. Me quedaré en lo esencial para la comprensión de mi objeto inmediato.

La electricidad del aire que actúa en forma activa procede de partículas llamadas moléculas que poseen una determinada carga eléctrica; las hay positivas y negativas, pero tal codificación que hace al aspecto físico-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 todos 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 el humor de las gentes- precisa influencia sobre la mortalidad de los bebés. Los iones negativos, en cambio, son euforizantes y tónicos.

El equilibrio iónico 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, que 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 sólo 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 sólo ejemplo para fijar el concepto: Los tubos fluorescentes, llamados tubos de neón, son activos productores de iones positivos y su empleo continuo basta para envenenar iónicamente 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 conocedores de la ecología atmosférica hacen cambiar tales tubos por bombillas corrientes e introducen en el ámbito pequeños aparatos productores de iones negativos, aparatos que ya comienzan a ser utilizados entre nosotros, de fácil manejo y que, algunos médicos, empleamos hace tiempo ante cuadros de tipo respiratorio como las múltiples formas de asma.

El tema da para mucho más, pero aquí quiero referirme a problemas más inmediatos de higiene; en particular al que se refiere a los niños. Mis aseveraciones se basan en una larga práctica. Por lo demás, todo médico debe tener en cuenta el factor iones en el tratamiento de sus pacientes. Vamos a lo concreto: el calzado 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 el dormitorio 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 deberían ser sustituidas radicalmente por las de lana; 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, pero 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. Revista EL HOGAR HOBREIRO mayo de 1983.