



Inevitablemente, a diario estamos sometidos a campos electromagnéticos artificiales que afectan a nuestro organismo generando insomnio, cefaleas y un envejecimiento prematuro. La prevención de estas patologías pasa por algo tan sencillo como dormir adecuadamente.

Por Dr. Pier Albrecht

*Especialista en Cirugía Plástica
dr.albrecht@transform-magazine.com
Miembro de la Sociedad Española de
Medicina Antienvjecimiento y Longevidad*



D O R M I R :

PROVOCAR DESDE CEFALEAS E INSOMNIO A ENFERMEDADES DEGENERATIVAS

08:00 de la mañana.

Suena el despertador. Nos desperezamos, encendemos la luz y ponemos rumbo a la cocina. Preparamos la cafetera, calentamos la leche en el microondas y mientras el pan se calienta en el tostador nos duchamos con el agua que calienta el termo eléctrico para después peinarnos con ayuda del secador.

Así es como casi todos comenzamos el día. Hasta aquí, en tan solo media hora o tres cuartos de hora y sin salir de casa hemos estado expuestos, al menos, a siete campos electromagnéticos artificiales que, a pesar de ser débiles, alteran nuestro organismo generando un estrés que conlleva la disminución de la eficacia del sistema inmunológico y que, a la larga, pueden provocar graves enfermedades crónicas o degenerativas como cáncer, leucemia, Alzheimer, cataratas o diabetes en la medida en la que aumentan el estrés oxidativo.

Hoy por hoy resulta inevitable utilizar un teléfono móvil, sentarse varias horas delante de un ordenador, escuchar la radio o ver la televisión. El progreso nos ha traído todas estas maravillas tecnológicas, y las que están por venir, sin embargo, también ha alterado nuestro entorno y nuestra relación con la naturaleza.

PRESENCIAS INVISIBLES EN NUESTRO DORMITORIO

Con estas palabras no pretendo alarmar a nadie. Tan solo quiero llamar la atención sobre la realidad invisible de los campos electromagnéticos que afectan a nuestra vida y también a nuestro sueño. Sí, también alteran nuestra manera de dormir aunque en ocasiones no tengamos en cuenta las condiciones en las que realizamos una de las tareas más importantes para nuestro organismo: descansar.



LA TERAPIA DE LAS SÁBANAS BLANCAS



Cada noche nos acostamos rodeados de aparatos electrónicos, pero además, nuestras camas no favorecen el descanso. Es más, propician el descenso del nivel de Serotonina en la sangre, un neurotransmisor que después de transformarse en Melatonina funciona como inductor natural del sueño. Sabiendo esto, no es de extrañar que padezcamos estrés, insomnio, cefaleas, cansancio, depresiones, irritabilidad o nerviosismo, trastornos que en ocasiones, por habituales, llegan a considerarse inevitables.

LA SOLUCIÓN: TAN SENCILLO COMO DORMIR BIEN

Sin embargo, hay una manera de corregir los efectos diarios de los campos electromagnéticos en nuestro organismo. Concretamente los doctores Darío Acuña, de la universidad de Granada, y la doctora Germaine Escames han realizado el estudio Estrés oxidativo bajo condiciones de reposo controlado, con el que han demostrado que dormir en la cama BioVital reduce a la tercera parte el nivel de estrés oxidativo que es el que aumenta las probabilidades de desarrollar enfermedades degenerativas. Tanto es así, que esta investigación

se ha hecho con el primer premio a la mejor investigación 2005 como mejor investigación científica y mejor producto antiaging y longevidad en el XXI Congreso nacional de la Sociedad Española de Medicina y Estética (SEME).

El citado estudio, declarado de interés sanitario, mantiene que durmiendo en una cama fabricada con productos naturales es posible aliviar los efectos que los campos electromagnéticos tienen en nuestro organismo ya que, para empezar, se elimina el metal de los muelles del colchón y del somier, que actúa como transmisor.

CONCILIAR EL SUEÑO EN ARMONIA CON LA NATURALEZA

Además, se recurre a un colchón de látex con una lámina de coco que absorbe la humedad de nuestro organismo y evita que durmamos en un ambiente húmedo como sucede cuando utilizamos fibras sintéticas que no pueden “secar” nuestro sudor generando reuma y artrosis. En cuanto a los ronquidos, estos pueden venir provocados por la falta de oxigenación generada por la ausencia de transpiración, por lo que se propone un cubre colchón de lana merina que incorpora una capa de carbón orgánico y una toma de tierra que también se ubica en el edredón.

Con todo esto, según el citado estudio, se favorece la producción de melatonina, al eliminar el problema de las cargas electromagnéticas, y por lo tanto se reduce el estrés oxidativo que genera enfermedades degenerativas. Además, de manera colateral, se solucionan los problemas posturales, la presión, la oxigenación y la regulación de la humedad mientras descansamos. Es decir, hace que el dormir se convierta en una auténtica terapia.

Felices y saludables sueños.

Para mayor información
BioVital : 902 43 09 52 - 958 44 67 88 - 667 525 409
www.biovitalgroup.com