GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Hacer del hogar un espacio libre de electrocontaminación

Actualidad Empresarial | 18/02/2023 | 00:00

La electrocontaminación es una problemática que afecta a muchas personas y está dentro de múltiples hogares atacando sin que sus habitantes se den cuenta.

El hogar es ese espacio en el que más cómodo se debe sentir uno, por lo tanto, se debe mantener saludable y seguro. La tecnología que se usa en el día a día es precisamente lo que ocasiona efectos negativos en la salud de las personas que allí viven.

Cuando se habla de tecnología, se hace referencia a todos esos aparatos electrónicos que se usan y de los cuales se generan lo que es conocido como ondas electromagnéticas, las cuales tienen un gran impacto en la salud de las personas, pero de forma negativa.

Pero, ¿cómo se pueden evitar daños en la salud con tantos aparatos electrónicos en casa? Las claves se explican con detalle a continuación.

¿Cómo saber si un hogar está contaminado con ondas electromagnéticas?

Para ser breve, una persona sabrá que en su casa hay altos niveles de contaminación electromagnética si presenta los siguientes síntomas: dificultad para dormir por las noches, dificultad para la concentración; si hay una mujer embarazada, puede presentar una alteración del desarrollo normal del feto, se pueden desarrollar también problemas del corazón, problemas de fertilidad, problemas de vejiga y también sentir cansancio, fatiga o tristeza.

Consejos de protección para tener una casa libre de electricidad sucia

Mientras en casa se tenga televisión, teléfonos móviles, wifi y demás aparatos electrónicos, las personas residentes estarán expuestas a las ondas electromagnéticas. Además de los filtros electromagnéticos, existen otras soluciones ante esta problemática bien sencillas: hay una serie de medidas preventivas que se pueden aplicar en el hogar para protegerlo, medidas que detalla el equipo de expertos de SPIRO a continuación.

Apaga el router wifi por las noches y desconectar el móvil

Aunque parezca algo muy simple, esto puede ayudar en gran medida a reducir la exposición a los CEM y se podrá dormir mejor. Por ello, antes de acostarse, lo recomendable es desconectar el router y colocar el móvil en modo avión. Para un mejor efecto, sería mejor dejar el teléfono fuera de la habitación.

Desconectar todos los teléfonos inalámbricos

Ha quedado demostrado que los teléfonos fijos inalámbricos son una fuente de radiaciones electromagnéticas, por lo que, quienes vivan allí estarán expuestos a estos casi la mayoría del tiempo. Lo más aconsejable es que se desconecten al ir a dormir.

Desenchufar la televisión

Todos los aparatos SMART, como la TV y sus componentes, también son fuentes de exposición a los campos electromagnéticos, incluso si están apagados, por ello, será mejor desconectarlos de la electricidad.

No mirar la pantalla del móvil antes de dormir (luz azul)

Este es un mal hábito que casi la mayoría de las personas tienen, mirar el móvil justo antes de irse a dormir, lo cual no es nada saludable y ya está demostrado. Si se mira el teléfono, hay que esperar por lo menos 15 minutos para luego dormir, mientras se lee un libro para dar un descanso a la vista.

No colocar el refrigerador hacia la pared de la habitación

De igual manera, los electrodomésticos producen ondas que pueden ser dañinas, por este motivo, será mejor colocar el refrigerador que dé hacia otra pared, de esta manera, las radiaciones se conducirán hacia la calle u otro lugar.

Usa productos de protección

En el mercado hoy en día, existen diversos productos que ayudan a proteger el hogar, un ejemplo de ello son los filtros de electricidad sucia, los cuales reducen la electricidad sucia que generan las ondas electromagnéticas de los equipos electrónicos.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/197946-hacer-del-hogar-un-espacio-libre-de-electrocontaminacion.htm