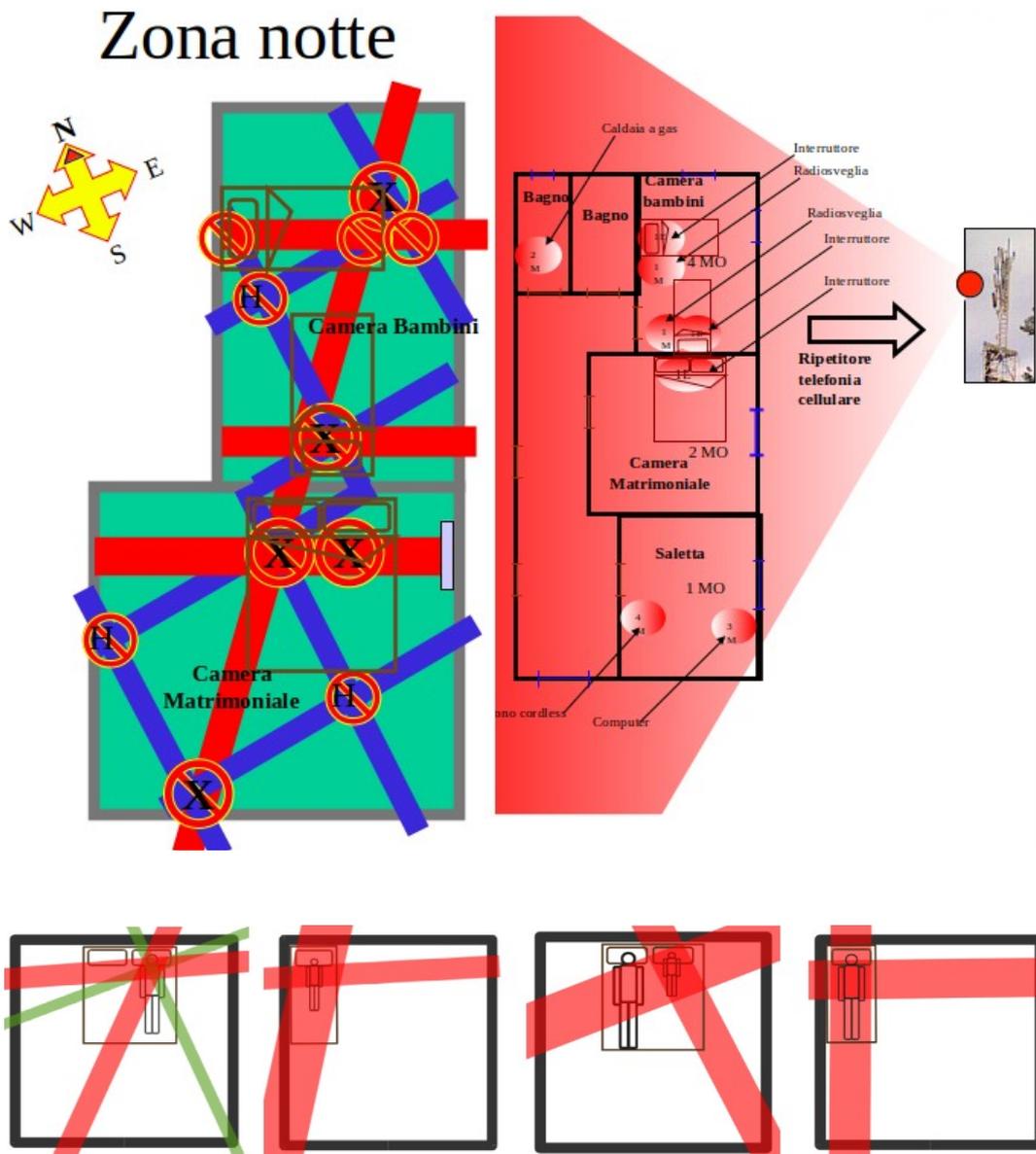


ElettroGeoBiologia in sintesi

Curarsi curando la nostra casa

Sito Web: www.casasalute.it

Canale Telegram: <https://t.me/CASASALUTE>



Achille Sacchi

6 marzo 2025

(Clicca sui numeri di pagina per accedere rapidamente agli argomenti)

INDICE

SINTESI.....	4
OBIETTIVO.....	5
LIBRI INTEGRATIVI GRATUITI.....	5
Le origini di questa scienza (parte 1 di 9).....	6
La Radioestesia: un'antica arte di percepire l'invisibile.....	6
La RADIOESTESIA comprende diverse discipline.....	7
Le origini antiche della Radioestesia.....	8
Luoghi sacri come macchine energetiche.....	9
La persecuzione della Radioestesia.....	9
La rinascita della Geobiologia.....	9
Zone ad alta influenza cosmo-tellurica (parte 2 di 9).....	10
Influenze cosmo-telluriche e salute: il ruolo della geobiologia.....	10
Le principali reti cosmo-telluriche.....	11
L'effetto delle sovrapposizioni.....	13
Considerazioni riguardo agli effetti sulla salute.....	13
Inquinamento elettromagnetico artificiale: cos'è e perché è un pericolo (parte 3 di 9).....	14
L'uomo e le influenze cosmo-telluriche: una convivenza millenaria.....	14
Le tre tipologie di inquinamento elettromagnetico.....	15
L'evoluzione dell'inquinamento elettromagnetico.....	16
Il cocktail tossico: un mix di agenti di disturbo.....	17
Inquinamento elettromagnetico artificiale: rimedi (parte 4 di 9).....	19
Molto sinteticamente i rimedi da adottare sono sotto elencati.....	19
Radioattività: radon (parte 5 di 9).....	23
Radiazioni ionizzanti: cosa sono e perché sono pericolose.....	23
Origine delle radiazioni ionizzanti.....	24
Il radon: la principale fonte di radioattività naturale.....	24
Fonti di radon.....	24
Concentrazione di radon negli edifici.....	25
Prevenzione e controllo del radon.....	25
Per nuovi edifici in aree a rischio (concentrazione superiore a 40 Bq/m ³).....	25
Per edifici esistenti.....	25
Altre cause di congestione: onde di forma e colori (parte 6 di 9).....	27
Onde di forma e loro utilizzo nella storia.....	27
Onde di forma negli ambienti domestici moderni.....	28
L'uso dei colori negli ambienti domestici.....	28

Elettrosmog fuori dalle nostre case: ripetitori, antenne e ponti radio (parte 7 di 9).....	30
Antenne e onde elettromagnetiche: rischi e precauzioni.....	30
Tipologie di antenne e loro impatto.....	31
Livelli di esposizione e precauzioni.....	32
Come proteggersi.....	32
Attenuazione delle onde elettromagnetiche.....	33
L'impianto elettrico intelligente. Dalle modifiche dell'esistente alla progettazione e realizzazione in edifici nuovi (parte 8 di 9).....	34
Ridurre l'inquinamento elettromagnetico con un impianto elettrico intelligente.....	34
Consigli per impianti esistenti.....	35
Consigli per impianti nuovi o in ristrutturazione.....	36
La zona in cui dormiamo incide enormemente sulla nostra salute. Il letto e il materasso: caratteristiche e materiali. (parte 9 di 9).....	38
Individuare ed evitare l'inquinamento elettromagnetico e <i>le anomalie cosmoteluriche</i>	38
Il letto e il materasso.....	39
Il letto.....	40
Il materasso.....	40
MALATTIA: SFORTUNA O ATTRAZIONE.....	42
CONCLUSIONI.....	43
Chi sono.....	43

SINTESI

Dopo più di 25 anni di indagini, soprattutto in abitazioni, posso affermare che questa scienza è fondamentale per tutelare la salute delle persone, animali e vegetali. Il termine è del tutto nuovo e deriva dalla fusione di due altre parole: Geobiologia e ElettroBiologia.

La Geobiologia è una scienza neonata (circa un secolo di vita), figlia di un'arte millenaria, che studia l'influenza delle radiazioni naturali, cosmiche e telluriche, sull'uomo e sugli organismi viventi.

L'ElettroBiologia è una scienza che studia i fenomeni elettrici che avvengono durante le manifestazioni vitali degli organismi e l'influenza dell'elettricità sui fenomeni biologici. E' una scienza recentissima che ha poco più di un ventennio in quanto l'inquinamento elettromagnetico artificiale, causato dalle tecnologie umane, si è incrementato enormemente dagli anni 2000.

L'**ElettroGeoBiologia** quindi studia le interazioni a livello elettromagnetico tra il luogo e gli esseri viventi che lo vivono. La vita è regolata da impulsi di natura elettrica e quindi ogni essere vivente interagisce con tutti i fenomeni elettrici che avvengono nell'ambiente.

Questa scienza ci permette, inoltre, di valutare se le nostre scelte (cosce o inconsce) rispetto all'ambiente sono armoniche o disarmoniche. Vivere in luoghi salubri riflette equilibrio interiore, mentre ambienti "non sani" segnalano conflitti emotivi e quindi scelte inconsce squilibrate. Stare bene o male dipende da queste scelte inconsce, guidate da emozioni, esperienze passate o schemi mentali. Questa scienza ci aiuta a riflettere, prendere consapevolezza e agire per migliorare la nostra vita.

OBIETTIVO

Molte verità, conosciute sin dall'antichità, vengono oggi completamente ignorate. In tutte le più antiche civiltà troviamo la conferma che lo studio energetico di un luogo era fondamentale prima di ogni opera edificatoria. A questi stress naturali oggi si sono aggiunti quelli causati dall'utilizzo di elettricità in ogni tipo di tecnologia (inquinamento elettromagnetico). L'obiettivo è quindi quello di far maturare nelle persone la consapevolezza che abitare in zone non compatibili con la vita significa andare incontro a sofferenze e malattie. Spaventare non è sicuramente l'obiettivo di questo sintetico libro ma informare e dare tanti consigli utili.

LIBRI INTEGRATIVI GRATUITI

Ad integrazione di questo documento vi consiglio diversi libri scaricabili gratuitamente dal mio sito www.casasalute.it alla sezione [Libri](#):

- **Inquinamento Invisibile.** Capire, individuare, evitare il caos elettromagnetico dell'era moderna.
- **Wireless, no grazie!** Come connettersi ad Internet con il minimo elettrosmog
- **Costruzioni abbandonate.** Motivi apparenti e motivi reali. Ville palladiane ... cosa non sappiamo.

Le origini di questa scienza (parte 1 di 9)



La Radioestesia: un'antica arte di percepire l'invisibile

Numerose testimonianze provenienti da civiltà antiche dimostrano che l'uomo, fin dalla preistoria, ha utilizzato particolari sensibilità per investigare ciò che sfugge ai nostri cinque sensi. Queste capacità "extrasensoriali" venivano applicate anche a scopi pratici, come ritrovare oggetti nascosti o rilevare radiazioni, terrestri o cosmiche, favorevoli o dannose per la vita. Questa pratica è nota come **RADIOESTESIA**, un termine che deriva dall'unione della parola latina radius (raggio) e della parola greca aisthesis (sensibilità), il cui significato letterale è "sensibilità alle radiazioni".

La **RADIOESTESIA** è quindi la capacità di percepire vibrazioni o onde di energia emanate da tutto ciò che appartiene al mondo fisico o "non fisico". L'obiettivo è rendere visibili e interpretabili le risposte involontarie e inconsce del nostro corpo di fronte alle variazioni del campo energetico che ci circonda. Questo avviene attraverso l'uso di strumenti come bacchette, pendoli e altri dispositivi che amplificano i micromovimenti causati dalle reazioni muscolari involontarie in risposta a tali variazioni energetiche.

La RADIOESTESIA comprende diverse discipline.

La **RABDOMANZIA**: dal greco rbdos (bastone) e mantheia (lettura), utilizzata principalmente per la ricerca di sorgenti d'acqua e minerali.

La **GEOBIOLOGIA**: dal greco ghèa (terra) e bios logos (scienza della vita), una scienza relativamente moderna che studia l'influenza delle radiazioni, cosmiche e telluriche sull'uomo e sugli organismi viventi. Il metodo di ricerca è lo stesso che viene utilizzato anche dalla rabdomanzia. **L'ELETTROGEOBIOLOGIA** è un'estensione di questa disciplina, focalizzata anche sulle radiazioni elettromagnetiche incompatibili con la vita, generate dalle nuove tecnologie.

Le origini antiche della Radioestesia

Le antiche civiltà di tutto il mondo, come gli Egizi, i Cinesi, gli Etruschi, i Maya, i Celti e gli Aborigeni australiani, consideravano fondamentale la conoscenza del luogo in cui abitare o costruire. In Occidente, l'uso della bacchetta divinatoria, chiamata lituo o verga divinatoria, si sviluppò già ai tempi degli Etruschi. Questo strumento, simile al bastone ricurvo spesso raffigurato in mano ai faraoni egizi, veniva utilizzato per delimitare i luoghi sacri o per decidere dove costruire templi e città.

Gli Etruschi istituirono una sorta di scuola per formare esperti in queste arti, che ricevevano titoli paragonabili alle nostre lauree. Ad esempio, i barinula erano raddomanti specializzati nel ritrovamento di acqua e tesori nascosti. I Romani appresero l'arte della raddomanzia dagli Etruschi, chiamandola etrusca disciplina, e la diffusero in tutto l'impero. La utilizzavano per prevedere il futuro, trovare sorgenti d'acqua sotterranea e costruire edifici sacri. Prima di fondare una città, facevano pascolare un gregge nel luogo prescelto, per poi esaminare il fegato delle pecore sacrificate, credendo che potesse rivelare informazioni sul sito.

Luoghi sacri come macchine energetiche

Fino alla fine del Medioevo, i luoghi di culto (come dolmen, piramidi, tombe dei giganti, templi e chiese) erano considerati vere e proprie "macchine energetiche", in grado di generare effetti benefici, terapeutici e iniziatici sull'uomo. Grazie alla RADIOESTESIA, l'uomo era in grado di manipolare l'energia di un luogo a proprio vantaggio, utilizzando forme e materiali specifici. Ad esempio, i Menhir (grandi pietre verticali), diffusi in tutto il mondo, avevano la funzione di trasformare le griglie vibratorie negative (ad esempio la rete di Hartmann) in energia positiva, oppure amplificando le griglie vibratorie positive (ad esempio reti armoniche o ad alta energia). irradiandole nell'area circostante e favorendo la fertilità del terreno.

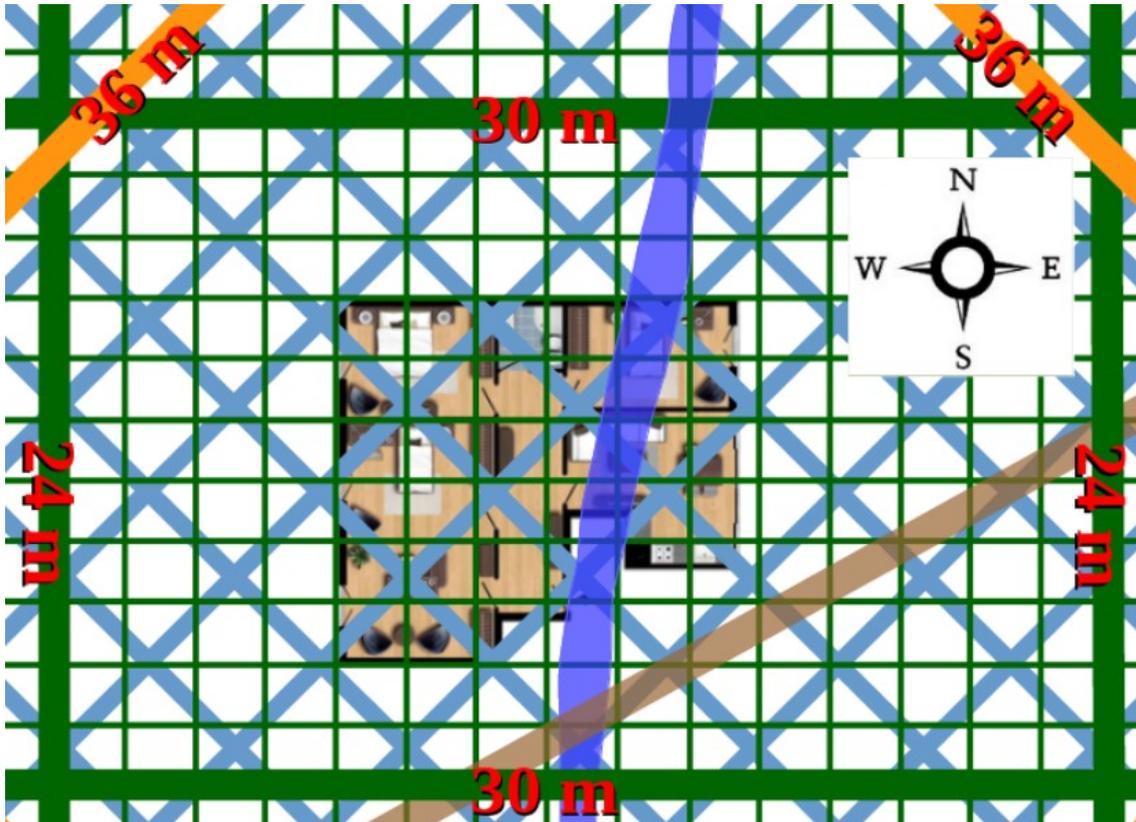
La persecuzione della Radioestesia

Nel 1326, Papa Giovanni XXII condannò la radioestesia come pratica diabolica attraverso una bolla papale, portando alla persecuzione di chi la praticava. Questa repressione continuò fino alla fine del XIX secolo, nonostante molti, inclusi numerosi religiosi, continuassero a praticarla in segreto. Probabilmente, questa persecuzione segnò la fine di una cultura millenaria.

La rinascita della Geobiologia

A partire dal 1900, la GEOBIOLOGIA si sviluppò dalle ceneri di questa antica tradizione, cercando di recuperare, almeno in parte, queste conoscenze ancestrali. Oggi, questa scienza cerca di comprendere e applicare i principi delle energie terrestri e cosmiche per migliorare la qualità della vita umana.

Zone ad alta influenza cosmo-tellurica (parte 2 di 9)



Influenze cosmo-telluriche e salute: il ruolo della geobiologia

Dopo anni di indagini in abitazioni, posso affermare che, in casi di malattie gravi, sono quasi sempre presenti forti anomalie ambientali. Queste possono essere di origine naturale, come le radiazioni cosmo-telluriche, o artificiali, come i campi elettromagnetici generati dalle nostre tecnologie. Prima che si manifesti una patologia grave, sono necessari diversi anni di permanenza in zone "non sane", e ciò accade quasi esclusivamente nella camera da letto, dove il corpo è molto più vulnerabile durante il sonno o riposo.

Le zone ad alta influenza cosmo-tellurica sono particolarmente pericolose e allo stato attuale sono più aggressive dell'inquinamento elettromagnetico. Si tratta di fasce continue, chiamate anche "muri", o delle loro intersezioni, dette "nodi". In queste aree, strumentazioni sofisticate hanno rilevato una quantità di radiazioni gamma superiore rispetto alle zone neutre. Non sappiamo esattamente come si originino queste anomalie né quali altre componenti nocive possano contenere. Quello che invece è molto chiaro sono i loro effetti sulla salute.

Noi geobiologi percepiamo una sorta di "stordimento o aumento di densità" in prossimità di queste zone, accompagnato da un riflesso neuro-muscolare che fa muovere la cosiddetta "bacchetta da raddomante". Questo strumento ha il solo scopo di amplificare un riflesso inconscio. Numerosi esperimenti hanno dimostrato che queste zone perturbate non sono adatte a una permanenza prolungata per nessuna forma di vita. Le caratteristiche dimensionali e l'aggressività delle influenze cosmo-telluriche possono variare a causa del sottosuolo, dell'etere e degli edifici che attraversano.

Le principali reti cosmo-telluriche

Tra le influenze telluriche più studiate troviamo:

- **Rete di Hartmann:** Scoperta dal dottor Ernst Hartmann, è un reticolo a maglie rettangolari orientato lungo gli assi Nord-Sud ed Est-Ovest. Le maglie sono più strette in direzione Nord-Sud (circa 2 metri) e più larghe in direzione Est-Ovest (circa 2,5 metri). I "muri" hanno uno spessore di circa 20 cm. I punti più nocivi sono i nodi (incroci), mentre i muri sono meno dannosi.

- **Rete di Curry:** Scoperta da Manfred Curry, questa rete è disposta diagonalmente rispetto a quella di Hartmann ed è di origine cosmica, con un angolo di circa 45° rispetto al Nord. I muri, di circa 50 cm di spessore, si estendono da Nord-Ovest a Sud-Est e da Nord-Est a Sud-Ovest. Le maglie hanno lati di circa 3,5 metri. Anche in questo caso, i nodi sono i punti più pericolosi, mentre i muri sono leggermente dannosi.

- **Corsi d'acqua sotterranei:** Non seguono un orientamento specifico rispetto ai punti cardinali, ma dipendono dalla geomorfologia della zona. All'interno di un edificio, possono apparire come linee rette, ma all'aperto il loro percorso è spesso irregolare.

- **Contatti stratigrafici e faglie geologiche:** Anche queste influenze non hanno un orientamento fisso, ma tendono a seguire un andamento rettilineo.

- **Reti geodinamiche** (di origine tellurica):

1) **Rete ortogonale:** Un reticolo a maglie rettangolari, schiacciato lungo l'asse Nord-Sud, con lati di circa 24 metri (Nord-Sud) e 30 metri (Est-Ovest). I muri hanno uno spessore superiore al metro.

2) **Rete obliqua:** Un reticolo a maglie quadrate, orientato a 45° rispetto al Nord, con lati di circa 36 metri e muri di oltre un metro di spessore.

In entrambe le reti, sia i nodi che i muri sono nocivi, con i nodi che rappresentano il maggiore rischio.

- **Rete di Benker:** Diversamente dalle altre è composta da fasce orizzontali con muri di circa 1 metro di spessore, distanziati di una quota di circa 10 metri l'uno dall'altro.

L'effetto delle sovrapposizioni

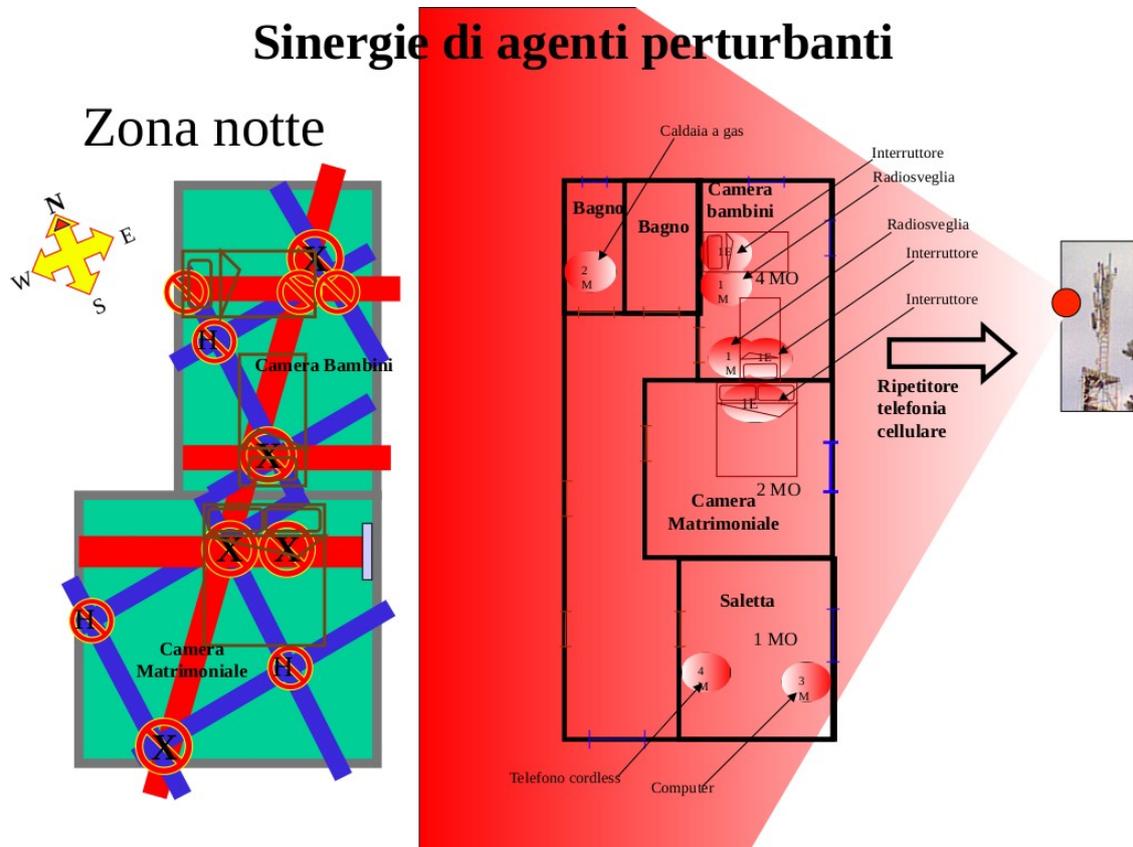
Quando fasce di diversa natura si incrociano o si sovrappongono, l'effetto nocivo si amplifica, rendendo queste zone particolarmente aggressive. Nelle prossime pagine, esploreremo come capire se il nostro letto è posizionato in una zona non adatta al riposo e quali soluzioni adottare per evitare o mitigare queste influenze.

Considerazioni riguardo agli effetti sulla salute

Posso così sintetizzare i risultati delle mie esperienze:

- persone con malattie rilevanti o gravi sono rimaste esposte da 5 a 20 anni a forti perturbazioni cosmo-telluriche;
- bambini molto piccoli, in alcuni casi, riportano conseguenze gravi sulla salute anche se l'esposizione è inferiore a 5 anni;
- persone forti possono resistere a tali perturbazioni per periodi fino a circa 20 anni ma comunque riportano danni, soprattutto infiammazioni, più o meno consistenti;
- persone anziane, in alcuni casi, possono contrarre malattie gravi pur dormendo in zone poco perturbate;
- persone molto anziane sane, oltre i 90 anni, hanno dormito per tanti anni in zone poco perturbate.

Inquinamento elettromagnetico artificiale: cos'è e perché è un pericolo (parte 3 di 9)



L'uomo e le influenze cosmo-telluriche: una convivenza millenaria

Sin dalla notte dei tempi, l'uomo ha convissuto con le influenze della Terra e del cosmo, imparando a riconoscerle per evitare quelle negative e sfruttare quelle positive. Oggi, tuttavia, viviamo una situazione paradossale: abbiamo quasi completamente perso questa memoria storica e, al contempo, abbiamo sviluppato tecnologie che rilasciano nell'ambiente sostanze tossiche e fenomeni di disturbo, come l'inquinamento elettromagnetico. La maggior parte delle tecnologie moderne utilizza l'elettricità, che, a causa del suo comportamento, genera un caos elettromagnetico.

L'elettricità è composta da cariche elettriche (elettroni) che, nelle nostre tecnologie, sono costrette a stare vicine, oscillare e muoversi. Questa concentrazione (tensione), oscillazione (corrente alternata) e movimento (corrente) creano anomalie elettromagnetiche molto diverse da quelle naturali.

Le tre tipologie di inquinamento elettromagnetico

1
2
Campo **elettrico** e **magnetico**
alternati a bassa frequenza



3
Onde **elettromagnetiche** ad alta
frequenza



Per semplificare, possiamo suddividere l'inquinamento elettromagnetico in tre categorie principali:

- **Campo elettrico alternato a bassa frequenza (50 Hz):** Si genera quando un dispositivo è collegato alla rete elettrica ma non in uso (ad esempio, una lampada spenta). Questo campo si propaga intorno al cavo elettrico e decresce rapidamente con la distanza (di solito entro un metro). Il campo elettrico è schermato da pareti e muri.

- **Campo magnetico alternato a bassa frequenza (50 Hz):** Si aggiunge al campo elettrico quando il dispositivo è in funzione (ad esempio, una radiosveglia o un asciugacapelli). A differenza del campo elettrico, il campo magnetico non viene bloccato da muri o pareti e può propagarsi liberamente.

- **Campi elettromagnetici ad alta frequenza (MHz, GHz):** Generati da tecnologie wireless come WiFi, Bluetooth e dispositivi mobili. In questi casi, gli elettroni oscillano milioni o miliardi di volte al secondo, producendo onde elettromagnetiche che si propagano nello spazio senza limiti, fino a quando non incontrano ostacoli che ne riducono l'intensità (terreno, edifici, muri, umidità atmosferica, ecc.).

L'evoluzione dell'inquinamento elettromagnetico

L'inquinamento elettromagnetico è un fenomeno relativamente recente, ma in pochi decenni ha avuto una crescita esponenziale. Ecco alcune tappe significative:

- **Anni '60:** Diffusione degli elettrodomestici.
- **Anni '90:** Introduzione dei telefoni cordless.
- **2000:** Il numero di telefoni cellulari supera quello delle linee fisse.
- **2008:** Lancio del primo smartphone.
- **2014:** In Italia, vendita di 15,6 milioni di dispositivi mobili (soprattutto smartphone).
- **2015:** In Italia, vendita di 19 milioni di dispositivi mobili (aumento del 20% rispetto all'anno precedente).
- **2016:** Nel mondo, 5 miliardi di persone possiedono un telefono cellulare.
- **2020:** Si stima che gli oggetti connessi (Internet of Things, IoT) raggiungano i 25 miliardi a livello globale.

- **2021:** Le sottoscrizioni associate agli smartphone raddoppiano, passando da 3,5 a 6,3 miliardi.
- **Proiezione al 2025:** Entro il 2025, si prevede che il numero di dispositivi connessi a livello globale supererà i 30 miliardi, con una crescita esponenziale dell'Internet of Things (IoT). Gli oggetti connessi, dagli elettrodomestici intelligenti ai veicoli autonomi, diventeranno sempre più presenti nella nostra vita quotidiana. Inoltre, con l'avvento del 5G e delle reti di nuova generazione, l'esposizione ai campi elettromagnetici ad alta frequenza aumenterà ulteriormente, creando un ambiente sempre più saturo di radiazioni artificiali.

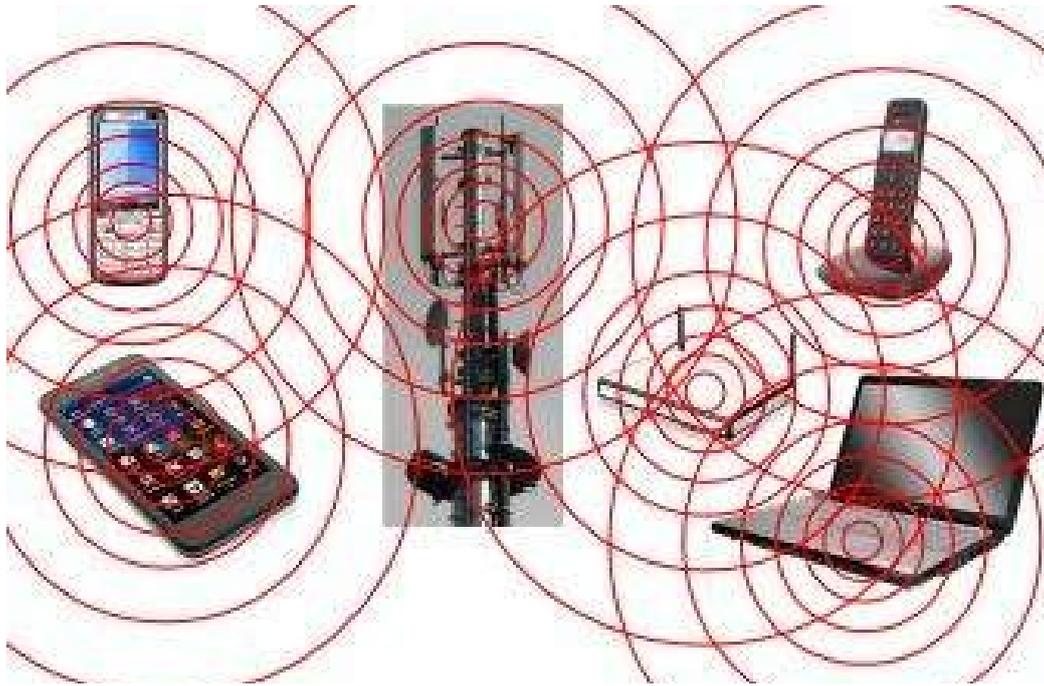
Oggi, la praticità del collegamento wireless ha portato a una proliferazione di dispositivi connessi, spesso senza considerare che il nostro organismo ha una natura fortemente elettromagnetica e può subire interferenze da campi esterni. Il cervello, il cuore, gli organi, i tessuti e le cellule sono regolati da segnali bioelettrici, e i campi elettromagnetici artificiali possono interagire con questi processi biologici fondamentali. In alcuni casi, ciò può causare disagio, disturbi del sonno, perdita di benessere o, in situazioni più gravi, l'insorgenza di malattie.

Il cocktail tossico: un mix di agenti di disturbo

Sempre più ricerche confermano che l'interazione tra diversi agenti di disturbo, campi elettromagnetici, radioattività (come quella presente nelle anomalie cosmo-telluriche), agenti chimici e fisici inquinanti, può creare un cocktail estremamente tossico per il nostro organismo. Questo mix può portare a gravi squilibri, compromettendo la salute e il benessere. Con l'aumento

esponenziale delle tecnologie wireless, il rischio di esposizione a queste interferenze è destinato a crescere ulteriormente nei prossimi anni.

Inquinamento elettromagnetico artificiale: rimedi (parte 4 di 9)



Molto sinteticamente i rimedi da adottare sono sotto elencati.

- Scollegare dalla rete elettrica qualsiasi dispositivo o apparecchio che non viene utilizzato (es. lampade, alimentatori, radioregistratori, televisori, elettrodomestici, ecc.), comprese prolunghe e fili elettrici superflui.
- Mantenere, in zone dove l'esposizione è prolungata, distanze non inferiori a 50 cm da prese, interruttori, piccole lampade e brevi cavi. Distanze non inferiori a 1 m (in zone di riposo almeno 2 m) da radiosvegli, lunghi cavi, prolunghe, apparecchi collegati alla rete e alimentati da trasformatori, apparecchi in funzione che utilizzano motori, grandi resistenze elettriche (es. forni), o reattori (lampade a basso consumo o fluorescenti tubolari), cavi che trasportano grandi

flussi di corrente, passanti all'interno o all'esterno di muri o pareti oppure punti di partenza di linee elettriche (es. quadri elettrici).

- Osservare, nelle vicinanze dell'edificio, la presenza di linee ad alta tensione. In tal caso sarebbe saggio valutare il tipo di linea e la distanza da rispettare (meglio se tramite l'ausilio di misurazioni).

- Sostare il meno possibile vicino a piani cottura ad induzione (50 cm di distanza è un buon compromesso). La distanza mentre si cucina è di pochi centimetri dalle piastre, diversamente dal forno elettrico che non richiede la presenza della persona.

- Utilizzare, per coloro che lavorano a stretto contatto con apparecchi e utensili elettrici (trapani, seghe, asciugacapelli, ecc.), tali strumenti in modo discontinuo.

- Mantenere, per coloro che lavorano in prossimità di grosse macchine o strumentazioni elettriche, il massimo della distanza possibile da motori a corrente alternata o da trasformatori (2 m è spesso sufficiente).

- Osservare, dalle finestre dell'edificio, la presenza di antenne radio mobili. Se l'antenna è ben visibile è il caso di far fare delle misurazioni perché le finestre non sono un ostacolo per tali frequenze.

- Utilizzare il cellulare, lo smartphone, il tablet, il pc, ecc., e tutte le tecnologie WiFi in modo sporadico e per pochi minuti. Disabilitare le funzioni wireless quando non vengono utilizzate.

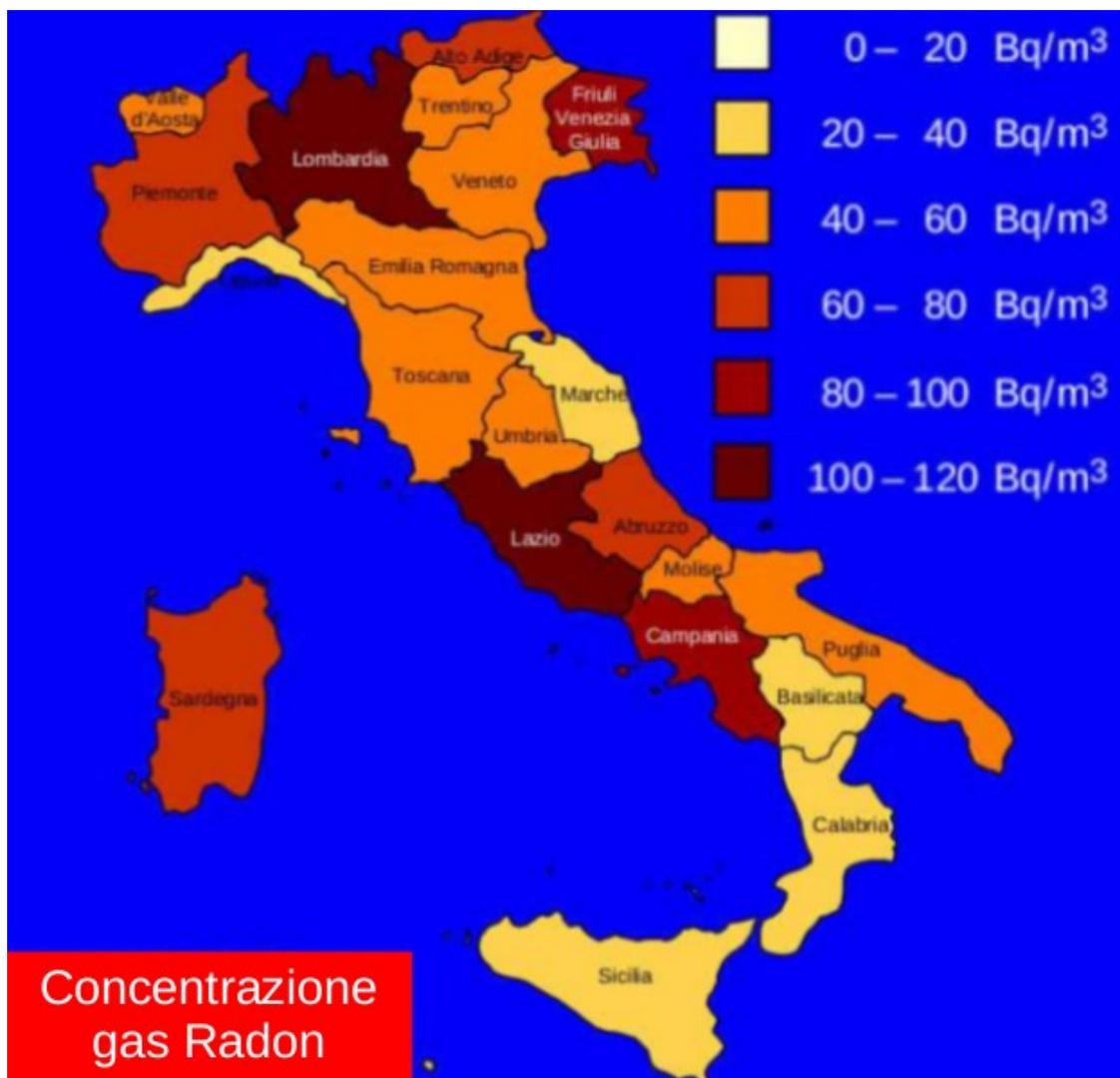
- Evitare i telefoni cordless, la base emette continuamente radiazioni ad alta frequenza, anche quando non lo si sta utilizzando. Oppure dotarsi di un cordless che in stanby non emetta radiazioni.

- Spegnere il modem WiFi o disattivare il Wifi quando non è utilizzato oppure tenerlo in una stanza poco frequentata, le pareti abbattano drasticamente la radiazione emessa.
- In auto munite di dispositivi Bluetooth la distanza dal telefonino o simile è maggiore e questo è positivo ma lo stesso dispositivo dell'auto emette radiofrequenze e quindi va utilizzato sporadicamente.
- Evitare il più possibile il forno a microonde. Utilizzare i normali forni elettrici a resistenza. Se proprio non se ne può fare a meno, utilizzarlo saltuariamente in casi di vera necessità. Quando è in funzione stare ad almeno 1 m distanza e se è vecchio anche a 2 m.
- Accertarsi, nell'eventualità di un impianto antifurto, se i sensori di presenza sono con tecnologia a microonde; in tal caso farli sostituire con quelli ad infrarosso passivo. Non installare sensori di presenza WiFi (in genere hanno una piccola antenna per comunicare con la centralina) o se proprio necessari non posizionarli in ambienti di riposo o molto frequentati. Non utilizzare videocamere wireless in zone frequentate e di riposo.
- Evitare il più possibile, nel sistema di illuminazione, faretto alogeni a bassa tensione (utilizzano trasformatori o alimentatori) e variatori di luminosità.
- Evitare di lasciare accesi inutilmente televisori, computer e apparecchi correlati. Spegneteli con una ciabatta con interruttore che stacchi la fase.
- Acquistare lampade a basso consumo compatte o meglio a led di qualità (in genere le marche conosciute sono affidabili, ma non

sempre, affidatevi a qualche ricercatore che le ha testate). Luce calda 2700K, max 3000K per diminuire il più possibile la componente del blu. Tale colorazione può causare stanchezza oculare, danni alla retina, disturbi del sonno e stress, soprattutto con esposizione prolungata o notturna.

- Utilizzare, in zone lettura o di studio (dove in genere l'illuminazione è molto vicina alla testa) lampade ad incandescenza o lampade a led (quelle a led che siano però state testate e quindi prive di radiazioni ad alta frequenza). Evitare soprattutto quelle fluorescenti e quelle alogene (soprattutto quelle che utilizzano trasformatori e alimentatori vicini al corpo).

Radioattività: radon (parte 5 di 9)



Radiazioni ionizzanti: cosa sono e perché sono pericolose

Le radiazioni ionizzanti si verificano quando cariche elettriche o particelle sono sottoposte a una forza che inverte ciclicamente la loro direzione a frequenze altissime (oltre 3.000 THz, ovvero mille miliardi di hertz). Queste radiazioni trasportano abbastanza energia da liberare elettroni da atomi o molecole, rendendole estremamente dannose per il nostro organismo.

Origine delle radiazioni ionizzanti

Alcuni isotopi naturali e quasi tutti gli isotopi artificiali hanno nuclei instabili (chiamati radionuclidi) a causa di un eccesso di protoni o neutroni. Questa instabilità provoca la trasformazione spontanea in altri isotopi, accompagnata dall'emissione di radiazioni ionizzanti, che possono essere:

- **Particelle cariche:** come le particelle alfa (α , composte da protoni e neutroni) e beta (β , elettroni).
- **Radiazioni elettromagnetiche:** come i raggi gamma (γ).

Il radon: la principale fonte di radioattività naturale

Il radon è un gas nobile, pesante e poco reattivo, di origine naturale, ed è la principale fonte di radioattività a cui siamo esposti. Sebbene il radon stesso non sia pericoloso, i suoi "figli" (prodotti di decadimento) sono solidi, molto reattivi e emettono radiazioni alfa (α). Quando respiriamo queste particelle, si depositano nei polmoni, danneggiando i tessuti.

Fonti di radon

- **Rocce e suoli:** la principale fonte di radon.
- **Materiali da costruzione:** come fosfogessi, cementi pozzolanici o cementi con ceneri di carbone.
- **Acque:** in misura minore.

Concentrazione di radon negli edifici

Il radon tende a concentrarsi negli edifici a causa del limitato ricambio d'aria, specialmente nei piani bassi e nei locali interrati. La concentrazione è maggiore:

- Di notte rispetto al giorno.
- In inverno rispetto all'estate.

Per questo, in caso di sospetta contaminazione, è necessario effettuare rilevamenti per periodi lunghi, con almeno due misurazioni semestrali consecutive (una in inverno e una in estate).

Prevenzione e controllo del radon

Per nuovi edifici in aree a rischio (concentrazione superiore a 40 Bq/m³).

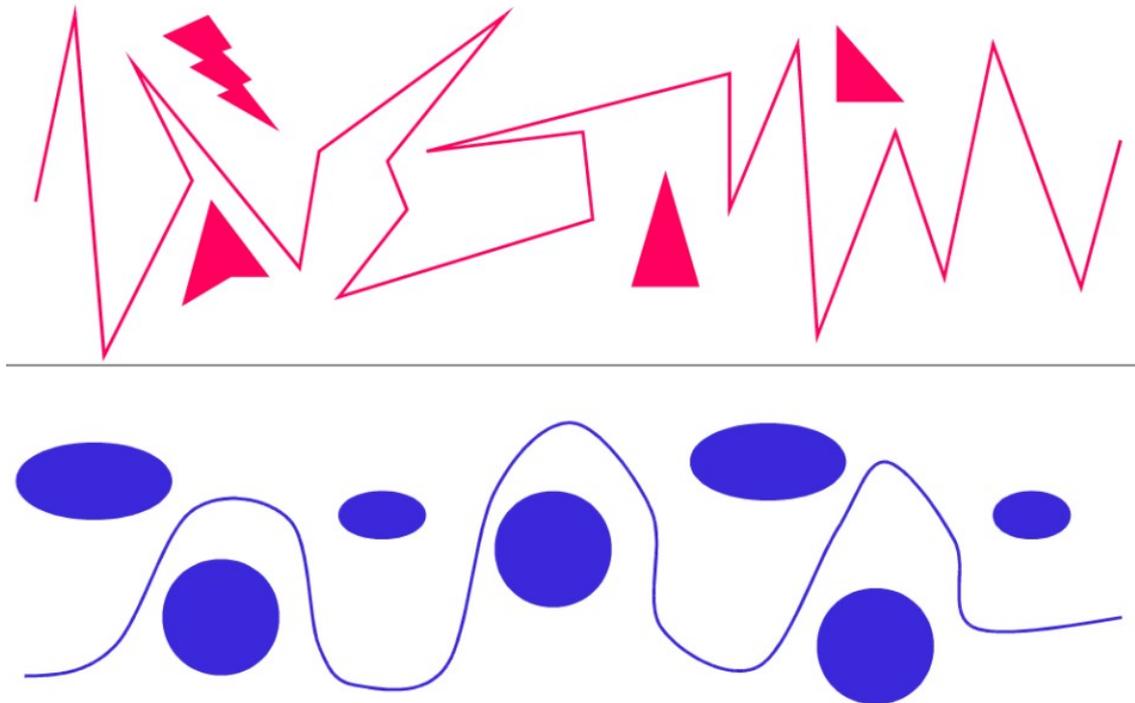
- **Barriere impermeabili:** membrane a tenuta d'aria per impedire l'ingresso del radon.
- **Depressione alla base dell'edificio:** aspirare il radon prima che entri nell'edificio e espellerlo in atmosfera.
- **Pressurizzazione alla base dell'edificio:** creare sovrappressioni per deviare il percorso del radon.

Per edifici esistenti

- **Monitoraggio preliminare:** valutare la concentrazione di radon.
- **Ventilazione:** mantenere un buon ricambio d'aria, specialmente nei locali interrati e seminterrati.
- **Evitare soggiorni prolungati:** non dormire o trascorrere molto tempo nei locali interrati.

- **Apertura delle finestre:** aprire le finestre almeno tre volte al giorno, iniziando dai locali più bassi e chiudendo da quelli più alti per limitare l'effetto "camino".
- **Feritoie di ventilazione:** lasciare aperture nei locali interrati per una ventilazione costante.
- **Ventilazione Meccanica Controllata (VMC):** installare un sistema con recupero di calore per migliorare la qualità dell'aria.

Altre cause di congestione: onde di forma e colori (parte 6 di 9)



Onde di forma e loro utilizzo nella storia

Nell'antichità, le onde di forma venivano utilizzate in modo sapiente per vari scopi. Riporto alcuni esempi.

- **Chiese medievali:** la forma sferica dell'abside amplificava e armonizzava l'effetto delle radiazioni causate da corsi d'acqua sotterranei, migliorando anche le energie del sacerdote durante le celebrazioni.
- **Acquedotti romani:** le particolari forme delle colonne creavano flussi energetici che impedivano la proliferazione batterica nell'acqua.

Onde di forma negli ambienti domestici moderni

Nelle nostre case, le forme geometriche possono influenzare il benessere:

- **Vertici e spigoli:** un vertice genera un raggio sottile, mentre uno spigolo crea un piano sottile (esempio di armadi o comodini). Questi elementi possono disturbare il sonno se puntano verso il letto. Per risolvere il problema, è possibile rimuoverli o applicare para-spigoli smussati.

Forme predominanti:

- **Forme quadrate o rettangolari:** hanno un effetto stimolante a livello fisico.

- **Forme curve:** favoriscono il rilassamento.

- **Linee e superfici irregolari:** creano congestione energetica.

L'uso dei colori negli ambienti domestici

I colori hanno un impatto significativo sulle emozioni e sul benessere. Ecco una guida rapida per utilizzarli in casa:

Camera da letto degli adulti: blu polvere (luminoso ma non troppo intenso). Da evitare: viola, poiché può ostacolare il sonno.

Camera dei bambini: rosa e albicocca (rilassano e stimolano la creatività), turchese, verde e azzurro (calmano). Da evitare: giallo (troppo stimolante) e rosso (provoca insonnia). Nota: se un bambino preferisce il blu o il viola, potrebbe essere molto sensibile e aver bisogno di affetto e comprensione.

Soggiorno: tonalità tenui con accenti caldi (rosso e arancio, ma non troppo aggressivi). Vanno bene anche giallo, arancio e verde tendente al giallo.

Cucina: vivaci, come giallo, rosso e arancio. Il bianco è ideale per evidenziare il colore e la freschezza dei cibi.

Stanze per lo studio e la concentrazione: tonalità di giallo (favoriscono l'attività mentale), accostate a verde e turchese per un effetto esaltante.

Ingresso e corridoi: evitare colori scuri o effetti bui per creare una sensazione positiva.

Bagno: arancio e giallo (danno vitalità e calore, ideali per un ambiente stimolante), evitare il rosso.

Applicazioni pratiche

Queste indicazioni sui colori possono essere applicate non solo alle pareti, ma anche alle rifiniture, all'arredamento, ai tappeti, alle tende, ai vestiti e soprattutto alla biancheria da letto (federe, lenzuola, coperte e copriletto).

Elettrosmog fuori dalle nostre case: ripetitori, antenne e ponti radio (parte 7 di 9)



Antenne e onde elettromagnetiche: rischi e precauzioni

Le antenne per telecomunicazioni (onde corte, medie, FM, TV, telefonia cellulare, ponti ripetitori a microonde, radar) possono essere potenzialmente pericolose, a seconda della loro potenza e della distanza dalla fonte. Se visibili, queste antenne possono influenzare significativamente aree fino a notevole distanza. A differenza delle emissioni involontarie degli apparecchi elettrici, le onde radio vengono intenzionalmente amplificate per coprire grandi distanze.

Tipologie di antenne e loro impatto

Antenne radiofoniche, televisive:

- Sono omnidirezionali, cioè emettono onde in tutte le direzioni, formando cerchi concentrici attorno alla fonte.
- L'intensità del campo elettromagnetico diminuisce, ma in modo poco repentino, con la distanza dall'antenna. La loro bassa frequenza le rende molto penetranti negli edifici. Generalmente però sono collocate sui monti e quindi le distanze da zone molto popolate sono notevoli, quindi l'impatto è mediamente modesto.
- Le antenne per la ricezione terrestre (TV tradizionale) e satellitare (parabole) non sono problematiche, poiché il segnale debole viene distribuito tramite cavi schermati.

Antenne per telefonia mobile (Stazioni Radio Base):

- Sono direttive, ovvero emettono un fascio di onde elettromagnetiche molto stretto, coprendo una specifica area chiamata "cella". L'intensità del segnale è maggiore avvicinandosi alla quota dell'antenna.
- L'intensità del campo non diminuisce significativamente con la distanza, ma varia in base alla posizione rispetto al fascio. Ad esempio, una casa colpita direttamente dal fascio sarà molto più esposta rispetto a una casa vicina in una zona d'ombra, anche se alla stessa distanza dall'antenna.
- Queste antenne, spesso installate su pali o strutture elevate, hanno un'inclinazione di pochi gradi, riducendo l'esposizione delle zone sottostanti. Tuttavia, l'effetto "ombrello" (protezione) è limitato

a pochi metri alla base dell'antenna e non protegge gli edifici vicini, specialmente se ci sono superfici riflettenti di altri edifici.

Livelli di esposizione e precauzioni

Nelle aree urbane, il valore medio del campo elettromagnetico all'interno degli edifici varia tra 0,2 V/m e 1,5 V/m, con una tendenza all'aumento nel tempo. Il valore di cautela raccomandato dal Consiglio d'Europa e preso in considerazione da diversi ricercatori è di 0,6 V/m.

L'aumento dell'intensità del campo è dovuto principalmente alla densità crescente di antenne per la telefonia mobile, causata dalla maggiore richiesta di connettività da parte della popolazione. Questo è legato all'uso eccessivo di dispositivi portatili, alla richiesta di velocità di trasmissione dati più elevate e alla diffusione di dispositivi connessi (Internet of Things).

Come proteggersi

Valutare la distanza e la visibilità delle antenne.

- Se un'antenna è ben visibile dalla finestra (distanza inferiore a 500 metri), è probabile che i livelli di campo elettromagnetico superino il valore di cautela di 0,6 V/m. In questo caso è consigliato un rilevamento e nel caso l'installazione di tende o zanzariere schermanti (metalliche) per ridurre l'esposizione (le finestre o aperture sono i punti più vulnerabili). In caso di frequenze molto basse è probabile che anche i muri non riescano ad abbattere drasticamente le emissioni e quindi si rendono necessari interventi schermanti a base di pitture con grafite.

- Se non si vedono antenne dalla finestra, è molto probabile che i livelli di campo siano al di sotto delle soglie di cautela.

Attenuazione delle onde elettromagnetiche

- **Muri e pareti** attenuano significativamente l'intensità delle onde ad alta frequenza.
- **Tapparelle e scuri** (se non sono in metallo) non offrono una protezione efficace.
- Il **vetro** delle finestre offre una protezione efficace solo se costituito da vetrocamera di recente fabbricazione (negli ultimi anni per isolare dal calore sono stati utilizzati sistemi che riescono a schermare anche le radiofrequenze.
- **Ostacoli interposti:** Gli edifici protetti da ostacoli (altri edifici, colline, ecc.) sono mediamente poco esposti alle radiazioni ad alta frequenza.

L'impianto elettrico intelligente. Dalle modifiche dell'esistente alla progettazione e realizzazione in edifici nuovi (parte 8 di 9)

Soluzioni per il campo elettrico alternato e radiofrequenze



Ridurre l'inquinamento elettromagnetico con un impianto elettrico intelligente

Un impianto elettrico gestito in modo intelligente può ridurre notevolmente l'inquinamento elettromagnetico all'interno delle nostre case. I fili elettrici e tutti i dispositivi collegati, quando sono in tensione (cariche elettriche in pressione) o percorsi da corrente (cariche elettriche in movimento), generano campi elettrici e magnetici a bassa frequenza. Questi campi possono influire negativamente sul nostro corpo, soprattutto durante il sonno. Per questo motivo, le camere da letto richiedono particolare attenzione.

Consigli per impianti esistenti

Se non è possibile o non si vuole modificare sostanzialmente l'impianto esistente, è importante verificare che sia stato rispettato l'uso corretto del neutro e della fase. Gli interruttori dell'impianto di illuminazione devono interrompere la fase (filo nero) e non il neutro (filo blu). In questo modo, quando si spegne una lampada, non ci sarà più tensione nei fili oltre l'interruttore, eliminando il campo elettrico. Per verificare questo, utilizzate un cacciavite cerca fase (fatevi aiutare da un esperto): con la lampada spenta e rimossa, non deve esserci tensione in nessuno dei contatti.

Un caso comune e dannoso è quello delle lampade da comodino vicino alla testata del letto. Le soluzioni possibili sono:

- Staccare fisicamente la spina ogni volta che ci si corica (scomodo ma efficace).
- Utilizzare un cerca fase per girare la spina in modo che l'interruttore interrompa la fase (nessuna tensione sul porta lampada).
- Installare un interruttore vicino alla presa che interrompa la fase, permettendo di spegnere e accendere la lampada comodamente.

In generale, è meglio evitare cavi elettrici volanti vicino alle zone letto. I cavi incassati nelle pareti sono di solito ben schermati e meno problematici.

Consigli per impianti nuovi o in ristrutturazione

In caso di nuovi impianti o ristrutturazioni, è importante:

- Evitare di far passare linee elettriche pesanti (ad esempio, quelle collegate a grandi elettrodomestici) vicino alle zone notte o di riposo.
- Mantenere una distanza di almeno due metri da apparecchiature ad alto assorbimento (caldaie, lavatrici, frigoriferi, ecc.).
- Posizionare interruttori o prese laterali al letto a una distanza di almeno 50-70 cm dal corpo, specialmente dalla testa.
- Evitare interruttori a filo vicino alle posizioni di riposo.
- Non far passare cavi elettrici o dispositivi come trasformatori o amplificatori dietro la testiera del letto.

Schermatura con pellicola di alluminio

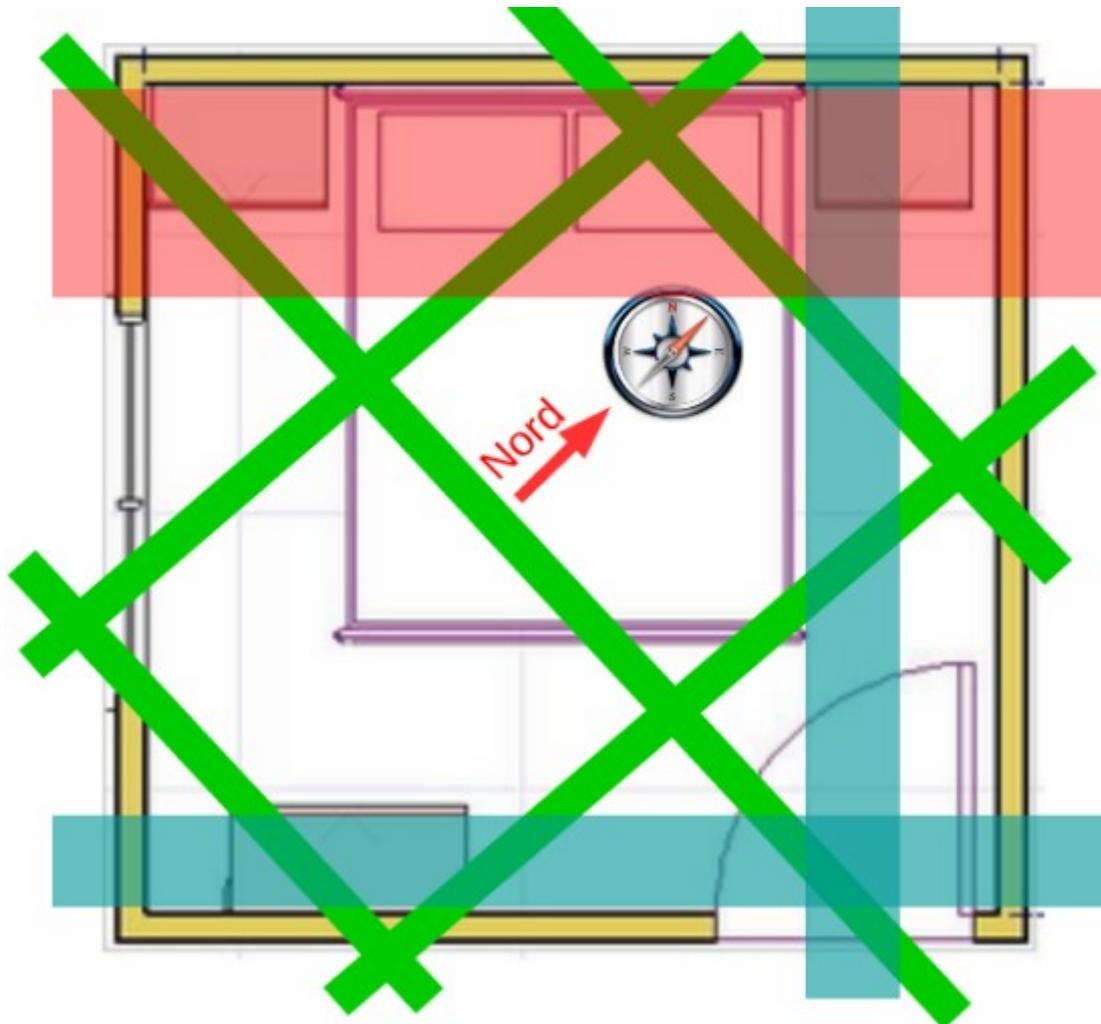
Un metodo molto efficace (soprattutto nelle case di legno, dove il campo elettrico è spesso elevato e diffuso) è rivestire i corrugati e le canaline che contengono i fili elettrici con pellicola di alluminio per alimenti. Questa pellicola deve essere collegata all'impianto di messa a terra (filo giallo-verde). È fondamentale che l'alluminio non abbia interruzioni e che in ogni scatola di derivazione sia collegato a terra. Questa schermatura blocca anche le radiofrequenze generate da interferenze nell'impianto elettrico.

Tecnologie automatiche

Per impianti esistenti con requisiti specifici o in caso di nuove installazioni, è possibile utilizzare tecnologie automatiche (disgiuntori di rete) o semi-automatiche che rimuovono la tensione

(e quindi il campo elettrico) quando non si utilizza corrente. Tuttavia, queste soluzioni hanno limitazioni e non sono sempre facili da usare. Personalmente, ritengo che la schermatura con pellicola di alluminio collegata a terra sia la soluzione più efficace ed economica.

La zona in cui dormiamo incide enormemente sulla nostra salute. Il letto e il materasso: caratteristiche e materiali. (parte 9 di 9)



Individuare ed evitare l'inquinamento elettromagnetico e le anomalie cosmo-telluriche

Riconoscere e evitare l'inquinamento elettromagnetico non è difficile, soprattutto se avete seguito i consigli già elencati. Tuttavia, trovare una zona priva di forti anomalie cosmo-telluriche è molto più complicato. Su questo aspetto non posso aiutarvi molto, ma posso darvi qualche suggerimento se non avete la possibilità di consultare un esperto.

Se soffrite di gravi problemi di salute (forti infiammazioni, tumori, malattie degenerative e autoimmuni) e dormite nello stesso luogo e stessa zona da oltre 7 anni, vi consiglio di spostare il letto in un'altra posizione. Anche se rischiate di finire in un'altra zona perturbata, il vostro corpo potrebbe reagire meglio, poiché l'anomalia sarebbe di tipo diverso. Un buon segnale è sentirsi più riposati al mattino rispetto a quando vi siete coricati. Se invece avete difficoltà a dormire o vi svegliate spesso stanchi, è probabile che il letto si trovi in un'area con anomalie ambientali. Se decidete di spostare il letto, datevi qualche settimana per valutare i miglioramenti: il corpo ha bisogno di tempo per adattarsi. Se chiamate un esperto, diffidate di chi vi consiglia solo strumenti schermanti o armonizzatori. Un vero terapeuta della casa si fa pagare per la consulenza non solo per ciò che vende.

Il letto e il materasso

Durante il sonno trascorriamo molto tempo a stretto contatto con il letto e il materasso, quindi è essenziale che questi elementi non interferiscano negativamente con il nostro riposo. Nel corso degli anni ho identificato alcune caratteristiche fondamentali per un buon letto e materasso:

- **Ergonomia:** devono adattarsi alle forme del corpo.
- **Assenza di materiali metallici:** i materiali conduttori possono creare interferenze di diverso genere.
- **Circolazione d'aria ed energia:** devono favorire un flusso libero.
- **Materiali non tossici:** è importante evitare sostanze dannose per la salute.

Il letto

Un letto ideale dovrebbe essere interamente in legno, preferibilmente di legno leggero come l'abete o il faggio, che sono più porosi. Il piano di riposo dovrebbe essere abbastanza alto da permettere una buona circolazione d'aria e di energia, evitando ristagni. Sotto il letto non dovrebbero esserci oggetti, ma solo spazio libero. Se utilizzate un materasso spesso ed ergonomico, il piano del letto può essere rigido.

Il materasso

Trovare un materasso ideale è più complesso, poiché quelli che soddisfano tutte le caratteristiche sono costosi e difficili da realizzare. Preferisco concentrarmi su opzioni accessibili a tutti, evitando di consigliare prodotti proibitivi.

I materassi in materiali naturali (lana, cotone, cocco) non sono molto ergonomici e tendono a compattarsi nel tempo, riducendo comfort e circolazione d'aria. Dovrebbero essere sostituiti o rifatti ogni 3-4 anni. Un buon compromesso sono i materassi sintetici con basso rilascio di sostanze tossiche.

I materassi in lattice non mi convincono: contengono molti additivi e rilasciano sostanze tossiche nel tempo. Inoltre, sono pesanti e poco traspiranti. Quelli di alta qualità sono costosi rispetto alle loro prestazioni.

Personalmente, preferisco i materassi in poliuretano espanso, con uno spessore minimo di 22 cm, una lastra di Water Foam di almeno 17 cm e una di Memory Foam di almeno 4 cm. Oppure anche solo di una lastra di Water Foam ma di almeno 19/20 cm. Devono avere

un rivestimento naturale tipo cotone o Aloe Vera, o contenerlo in una buona percentuale. Importantissimo è che non contengano molle di metallo. Questi materassi sono ergonomici, leggeri (segno di una buona circolazione d'aria) e mantengono la forma per molti anni (garanzia di oltre 10 anni). La loro indeformabilità riduce al minimo il rilascio di sostanze tossiche.

I materassi che preferisco sono quelli distribuiti sottovuoto, che si gonfiano appena aperti. Questo indica grande indeformabilità e porosità interconnessa. Sono facili da ordinare online, arrivano in poco spazio e hanno un prezzo molto accessibile.

Si trovano in negozi specializzati prodotti di alta qualità ma molto costosi; preferisco invece quelli che offrono un buon compromesso tra qualità, prezzo accessibile e basso impatto ambientale, che tutti possano quindi acquistare.

MALATTIA: SFORTUNA O ATTRAZIONE

Dopo anni di indagini, ricerche e soprattutto ascolto di ciò che le persone mi raccontano sono convinto che la malattia raramente sia un evento casuale. C'è un legame profondo tra emozioni, comportamenti e ambiente. Proprio come chi ha un carattere trasgressivo è attratto da contesti trasgressivi, chi vive conflitti interiori (specie familiari) tende inconsciamente a preferire luoghi "non sani", che rispecchiano il proprio malessere.

Gran parte delle nostre decisioni (circa il 90%) è guidata dall'inconscio, plasmato da esperienze passate, traumi e schemi radicati. Anche la scelta di dove vivere o riposare è influenzata da queste dinamiche profonde, che raramente comprendiamo a livello razionale.

In breve, salute e condizioni di vita non dipendono dal caso, ma dall'intreccio tra emozioni contrastanti, scelte inconsapevoli e contesto ambientale. Prenderne coscienza ci permette di compiere decisioni più consapevoli per il nostro benessere fisico e mentale.

Prendiamo, ad esempio, le persone longeve: la loro scelta di luoghi salubri per dormire non è casuale, ma frutto di un equilibrio interiore e di una vita appagante. Chi abita in ambienti sani dimostra armonia emotiva e relazioni positive. Per me, questa scelta riflette una serenità interiore, confermando che ogni aspetto della nostra vita è connesso a un disegno più profondo.

CONCLUSIONI

L'**ElettroGeoBiologia** studia e mitiga gli effetti negativi delle influenze cosmo-telluriche e dell'inquinamento elettromagnetico, promuovendo ambienti più sani adottando misure preventive per migliorare il benessere e proteggersi da fattori di disturbo spesso sottovalutati.

Concludo questo argomento con l'augurio che possiate imparare a "guardare oltre". Spero che questi consigli vi aiutino a migliorare la qualità del vostro riposo e della vostra vita.

Chi sono

Mi sono Laureato in Scienze Matematiche Fisiche e Naturali: Scienze Geologiche. Da diversi anni sono docente della scuola di ElettroGeobiologia presso l'Associazione Scienza e Arte della Salute, Castello di Godego (TV). Da oltre 25 anni eseguo rilevamenti di inquinamento elettromagnetico artificiale e naturale presso abitazioni, luoghi di lavoro e zone all'aperto. Sono autore di diversi libri scaricabili gratuitamente dal mio sito www.casasalute.it alla sezione [Libri](#):

- **Inquinamento Invisibile.** Capire, individuare, evitare il caos elettromagnetico dell'era moderna.
- **Wireless, no grazie!** Come connettersi ad Internet con il minimo elettrosmog
- **Costruzioni abbandonate.** Motivi apparenti e motivi reali. Ville palladiane ... cosa non sappiamo.