



12 semplici consigli di prevenzione per limitare l'esposizione alle radiazioni del cellulare in chi lo usa

- 1 - Utilizzare un auricolare (mani libere) allontanando a più di 20/30 cm il portatile dal proprio corpo in modo da limitare gli effetti delle radiazioni su se stessi, limitare il numero e la durata delle comunicazioni a massimo 6 minuti che è il tempo necessario per l'autoregolazione del corpo, passato il quale questa non è più possibile (basi normative).
- 2 - Non portare il cellulare addosso, anche spento, e in ogni caso non usarlo a meno di un metro di distanza da altre persone per ridurre gli effetti delle "radiazioni passive".
- 3 - Sconsigliare fortemente, o meglio vietare, l'utilizzo del cellulare al di sotto dei 15 anni (fase della crescita, con una massa più piccola di tessuto, la radiazione comporta un danno maggiore, in particolare in relazione al cervello, aprendo la barriera emato-encefalica, la sviluppo delle ovaie, ecc...).
- 4 - Sconsigliare alle persone anziane di usare il cellulare, così come alle persone con un fisico debilitato (le radiazioni indeboliscono di più il loro organismo), così come ad ogni donna in gravidanza (il liquido amniotico nel quale si sviluppa l'embrione, poi il feto, è una sostanza che assorbe molto le radiazioni artificiali delle micro-onde ad alte frequenze dei cellulari).
- 5 - Non usare il cellulare se non solo in condizioni di ricezione ottimale: in linea generale non usarlo in spazi ristretti come automobili, bus, metro, aerei, treni, ascensori, scantinati, gallerie, ecc.... la potenza sia del segnale di ricezione che di trasmissione è molto più grande di conseguenza la radiazione è decuplicata.
- 6 - Non usare il cellulare in un mezzo in movimento, incluso il treno, la potenza di emissione e di ricezione dell'antenna del vostro cellulare è decuplicata in quanto in costante ricerca del ripetitore. Se il treno è dotato di una connessione satellitare relè non è solo l'utente ad essere irradiato dai campi interni dei ripetitori, ma lo sono tutti i passeggeri.
- 7 - Non usare il cellulare in qualsiasi veicolo, anche fermo. In uno spazio metallico chiuso si produce l'effetto della "gabbia di Faraday", che massimizza l'impatto dannoso delle radiazioni, riflettendo non solo su chi sta telefonando ma anche sugli altri passeggeri, specialmente i bambini. Per questo motivo è essenziale uscire dal veicolo prima di telefonare.
- 8 - Non tenere il cellulare acceso vicino al letto durante la notte perché anche se in stand-by si connette con il più vicino ripetitore ed emette radiazioni ad intervalli regolari.
- 9 - Procurarsi preferibilmente:
 - a. un cellulare con un indice di Specifico Assorbimento dei tessuti umani, denominato DAS, con il valore più basso possibile, specificatamente a quello regolamentare di 1,1 W/Kg per distanza dagli occhi e dalle guance.
 - b. un cellulare con un'antenna esterna, perché anche se è meno di moda, un'antenna multidirezionale trasmette con la massima efficienza e perciò usa il segnale più debole rispetto ad un'antenna incorporata, dunque preferire la salute al "look" del cellulare.
- 10 - Sconsigliare l'uso di un cellulare a tutte le persone che hanno nel corpo oggetti metallici con magneti o senza nella testa del tipo di otturazioni in amalgama, protesi, apparecchi dentali, placche, viti, clips, piercing, orecchini, occhiali, lo stesso vale per chi usa ausili metallici come carrozzine o stampelle o deambulatori, così da evitare l'aumento delle radiazioni, le amplificazioni, punti caldi, fenomeni detti di risonanza, emissioni passive, ecc. Lo stesso anche per le persone che hanno fatto un vaccino contenente conservanti di derivazione metallica.
- 11 - Usare oggetti di protezione per schermare le radiazioni, (veli, fogli metallici, scatole, ecc.) che hanno un positivo effetto riconosciuto, in ogni ambito della vita.
- 12 - Fare quante più telefonate possibili usando il telefono via cavo che non emette radiazioni e che può spesso essere usato gratis e per un tempo illimitato, via internet, anche per chiamate all'estero.