Una década fomentando el hábitat saludable

Textos **Mariano Bueno**
Presidente honorífico de GEA

Nos hallamos ante la curiosa circunstancia de que el décimo aniversario de la fundación de la Asociación GEA se produce a principios del mítico 2001, en la confluencia de nuevo año, nueva década, nuevo siglo y nuevo milenio.

Esto nos podría llevar a la búsqueda de paralelismos o simbolismos que dieran fe de la trascendencia de tal hecho. Aunque, haciendo un repaso retrospectivo de los numerosos cambios vividos o sufridos por la sociedad en esta década, en la que han compartido protagonismo los prodigiosos avances tecnológicos con los desesperantes problemas ecológicos, las inaceptables masacres genocidas –Ruanda, Bosnia, Sierra Leona, Kosovo, Chechenia…–, la internetización de la sociedad y la implantación del teléfono móvil –que no la movilización– como nuevo medio de comunicación, podemos darnos cuenta de lo vertiginosamente que hemos vivido esta última década del segundo milenio de la era cristiana.

Con todo ello dando vueltas por la cabeza, me asalta la duda de si estamos viviendo lo que queremos vivir o si, por contra, se nos está imponiendo una realidad no deseada.

De ahí que la siguente ineludible cuestión sea: ¿qué deseamos vivir realmente?

Por muchos cambios sociales que haya habido y por sorprendentes que sean las novedades tecnológicas, las necesidades básicas de todo ser humano siguen siendo más o menos las mismas hoy día que las que se vivían en la Edad Media, en la gloriosa época del Imperio Romano o en la tradicional sociedad griega de hace 4.000 años.

Para sentirnos plenos y felices necesitamos, básicamente, disponer de una adecuada salud –física, emocional, mental y espiritual–, para lo que será preciso que se combinen armónicamente elementos tan variados como una correcta alimentación, un mínimo de ejercicio cotidiano, unas enriquecedoras relaciones personales y sociales y una actividad laboral satisfactoria. Todo ello debe concurrir en un entorno adecuado, disponiendo de una vivienda digna y aderezado por unas vivencias emocionales tan plenas como satisfactorias, en las que la armonía, el cariño y el Amor –con mayúscula– lo impregnen todo.

¿Qué aporta o puede aportar GEA en la búsqueda y obtención de esa salud plena y satisfactoria?

A través de las múltiples vías de investigación y trabajo de GEA vamos descubriendo los diferentes elementos y factores de riesgo con los que estamos conviviendo cotidianamente, algunos de los cuales son tan susceptibles de alterar tanto nuestro delicado equilibrio físico como el mental o emocional, que no podemos ignorarlos o autoengañarnos con la típica frase de que se trata del precio razonable que debemos pagar por vivir en una sociedad moderna y tecnificada.

Resulta a todas luces incoherente que aumentar la oferta de alimentos disponibles deba suponer desvitalizarlos y atiborrarlos de sustancias químicas, plaguicidas y aditivos o manipularlos genéticamente, hasta el punto de que dejan de ser alimentos beneficiosos y se convierten en productos tóxicos o alteradores de la salud. También observamos como los constantes retos laborales, encaminados a obtener la mayor eficiencia y productividad en el menor tiempo posible –y con los costes más bajos–, están incrementando peligrosamente los niveles de estrés y el agotamiento crónico se está generalizando.

Paralelamente, la obsesión por rodearnos del máximo confort y las mayores comodidades posibles está suponiendo un drástico descenso de la actividad física global, con lo que aparecen numerosas patologías asociadas al sedentarismo y la obesidad.

Pero quizás donde más estemos sufriendo las consecuencias de la tecnificada sociedad moderna es en la irrupción de la química sintética y de las radiaciones artificiales en todos los ámbitos de la vida cotidiana. La contaminación química y la electromagnética son tan sutiles y ubicuas como reales y omnipresentes, hasta el punto de que ningún ser humano en ningún rincón del planeta Tierra puede sustraerse a su acción directa o indirecta.

Anualmente, millones de toneladas de infinidad de sustancias químico–sintéticas son liberadas al ambiente en forma de abonos químicos, plaguicidas, plásticos, lacas, pinturas, fibras sintéticas, aditivos alimentarios, combustibles, medicamentos, materiales de construcción, etc., etc.…

De algunos de estos compuestos químicos se empieza a conocer sus efectos secundarios a determinadas concentraciones, mientras que de la mayor parte se ignora por completo su efecto o las consecuencias biológicas a corto o largo plazo.

Algo similar está ocurriendo con la contaminación eléctrica y electromagnética. Los campos eléctricos y magnéticos terrestres se han visto invadidos por corrientes eléctricas de alto voltaje y por campos electromagnéticos artificiales miles de veces superiores a los naturales. La sucesiva irrupción de las radiocomunicaciones –a principios del siglo XX– y

las telecomunicaciones –a partir de los años 50– y la brutal imposición de la telefonía móvil –a finales de siglo– están suponiendo una durísima contaminación electromagnética en todas las frecuencias del amplio espectro electromagnético, difícilmente asimilable por nuestros mecanismos de regulación biológica y, sobre todo, creando serias interferencias en algunos procesos neuronales, que se unen a los ya citados efectos de la contaminación química, en la que, día a día, se descubren infinidad de sustancias con potencial neurotóxico cancerígeno e incluso alteradores hormonales.

Ante este triste panorama llegamos a la conclusión de que hay que hacer todos los esfuerzos que sean posibles encaminados a contrarrestar esta paulatina e inexorable degradación ambiental o, al menos, intentar minimizar sus negativos impactos, que se ven agravados por la fuerte tendencia al exceso de consumo de la población de los países ricos.

De la geobiología a la medicina del hábitat

La geobiología investiga directamente cada uno de los factores mencionados y sus implicaciones en el entorno de la vivienda. Aunque, en principio, la geobiología naciera como ciencia centrada en investigar las consecuencias que sobre la salud inducía la presencia en determinados lugares de fuertes radiaciones terrestres que suelen estar asociadas, en gran medida, a determinadas alteraciones geofísicas o a la presencia de corrientes de agua subterráneas.

Las primeras constataciones científicas sobre los trastornos de salud provocados por las radiaciones terrestres se llevaron a cabo a principios del siglo XX –Peire, Cody, Von Pol…–, siguieron constatándose en los años 50 –Hartmann, Endros, Curry…– y seguimos comprobándolas día a día la mayoría de quienes nos dedicamos a investigar sus efectos o a realizar tareas de prospección de viviendas.

Se trata de una labor que plantea muchas cuestiones y retos y que no resulta fácil, dadas la complejidad de las interacciones y sinergías de los diferentes factores estudiados y las notables diferencias de sensibilidad personal de un individuo a otro. Pero, a pesar de las grandes dificultades, resulta innegable la valiosa labor social que la mayoría de profesionales e interesados en la geobiología están realizando, ayudando a un cada vez mayor número de personas a hallar soluciones reales a sus problemas derivados de la exposición prolongada a radiaciones naturales o artificiales y promoviendo una verdadera salud preventiva al aconsejar la búsqueda de los buenos sitios para la edificación de viviendas y al priorizar la elección tanto de los materiales de construcción como de los sistemas constructivos acordes con los criterios de la bioconstrucción –sanos para los moradores de la vivienda y sanos para el entorno–.

Grupo en la samblea de 1999, ese fué el último año en que se celebró en Benicarló.

En este contexto, durante la década pasada GEA ha supuesto una verdadera punta de lanza de todo un movimiento social en torno al hábitat sano y ecológico, abriendo la conciencia del gran público hacia la importancia que tienen para la salud personal y del planeta las decisiones que cada uno toma a la hora de elegir, diseñar, construir, rehabilitar o equipar una vivienda.

Los que hemos estado durante años en la brecha somos conscientes de las dificultades y de los problemas y sacrificios personales que hay que enfrentar y superar para llevar adelante esta necesaria labor social y, aunque durante años hemos sido una minoría, vemos con optimismo como, poco a poco, se va expandiendo la conciencia de lo que podríamos llamar la "higiene energética" y el "hábitat saludable", observando con entusiasmo como se multiplica el interés por todas las cuestiones de salud ambiental y como cada vez son más las personas que se interesan en prevenir o evitar riesgos de salud innecesarios, haciéndolo desde una óptica más global, en la que se procura tener en cuenta la mayor parte de los factores de interacción, que podrían resumirse en: alimentación, ejercicio, higiene, actitud mental positiva, relaciones armónicas y enriquecedoras, entorno y vivienda.

En todos y cada uno de estos apartados, GEA tiene mucho que ofrecer y la mayoría de los que colaboramos con la Asociación somos conscientes de que hoy más que nunca es necesario unir todos los esfuerzos individuales y colectivos si deseamos que este inicio de siglo y de milenio permita un verdadero y positivo cambio social, en el que cada ser humano pueda ir alcanzando sus objetivos de salud plena, tanto en lo físico como en lo mental y en lo emocional, requisitos que deben considerarse previos, quizás, para alcanzar un objetivo más loable aún: que cada uno pueda vivir al máximo su realización personal en esta existencia y halle las pautas de un desarrollo espiritual basado en la introspección y el recontacto con lo más profundo e íntimo de uno mismo, mientras –según algunas opiniones– avanzamos de camino hacia la luz y la unidad cósmica. Y, aunque esto último pueda sonar tópico o panfletario, los conocimientos que me aporta la geobiología me hacen ser consciente de que somos seres con los pies en la tierra y la cabeza en el cielo y que es en ese punto de equilibrio entre las fuerzas cósmicas y las telúricas –cosmotelúricas– en el que constantemente nos hallamos, en donde podemos descubrir la verdadera esencia de nuestro ser y de nuestra realidad personal y proyectarla en el entorno social que nos corresponde y hemos elegido vivir. ✱