

### Las Virtudes del Oxígeno

El oxígeno, cargado negativamente, se absorbe a través de la piel y es más respirable y benéfico para el cuerpo, ya que es diluido más fácilmente en la sangre. El motivo de tal absorción reside en que la sangre contiene hierro, que es de carga positiva y al igual que ocurre con cualquier imán, se atraen las cargas opuestas. En este caso, hierro ionizado positivamente y oxígeno ionizado negativamente, también se atraerán.



Debido a que el oxígeno está cargado negativamente, es importante estar en lugares bien oxigenados, procurando oxigenar la casa, oficina, o lugares de entrenamiento, pues esto permite estar rodeado y respirar este gas vital, que además contrarresta los iones positivos.

Estudios realizados en la Universidad de California con cereales y vegetales pusieron de manifiesto que, en una atmósfera pobre en iones negativos, las plantas enfermaban, mientras que si eran expuestas a una lluvia de iones negativos, crecían más rápidamente de lo normal.

### Efectos en el organismo

Cuando aprendemos cómo la carga iónica altera el organismo, resulta sencillo entender y reconocer muchos de los efectos provocados por ello.

- ✓ **Sistema respiratorio.** Las mucosas de la tráquea y los bronquios tienen unos pequeños cilios o filamentos que vibran continuamente para limpiar el aire que respiramos y para filtrar los gérmenes microscópicos que viajan en él. Cuando la atmósfera está cargada con iones negativos, los cilios mantienen su actividad vibratoria, eliminando de este modo las sustancias nocivas como son el polvo, el polen, el humo, etc. Sin embargo, cuando hay más iones positivos que negativos, la función de los cilios se altera y el sistema respiratorio lo manifiesta a través de alergias, asma, bronquitis o sequedad en la garganta.
- ✓ **Sistema nervioso.** El exceso de iones positivos causa una sobreproducción de Serotonina, conocido como "Síndrome serotoninérgico", lo cual provoca hipertensión, estrés, agotamiento, insomnio, ansiedad e incluso depresión.

- ✓ **Sistema circulatorio.** Debido al aumento de la Serotonina por el exceso de iones positivos, los vasos sanguíneos se contraen, provocando menor circulación sanguínea en el cuerpo, lo cual hace que circule menos oxígeno, conduciendo a un déficit en la salud general.
- ✓ **Actividad Sexual.** Una atmósfera con iones negativos estimula la actividad sexual y favorece la fertilidad, tanto en el hombre como en la mujer. Esto es debido a que la Serotonina produce estrés, lo cual suele inhibir la libido y por lo tanto, la actividad sexual.
- ✓ **Piel.** Los iones negativos mejoran la epidermis, permitiendo que se absorba mejor el oxígeno por la piel, lo cual influye en las alteraciones cutáneas como son el acné, psoriasis, urticaria, quemaduras, etc.
- ✓ **Energía de Ionización.** Es la energía necesaria para separar completamente el electrón más débilmente unido de la corteza electrónica de un átomo en su estado fundamental, de tal manera que, en el electrón arrancado, no quede ninguna energía residual (ni potencial ni cinética). A este se le denomina primera energía de ionización y el potencial eléctrico equivalente, es decir, la energía dividida por la carga de un único electrón, se la conoce como el potencial de ionización. Estos términos también se emplean para describir la ionización de las moléculas y de los sólidos, pero los valores no son constantes debido a que la ionización puede estar afectada por factores como son la temperatura, la química y la geometría superficial.
- ✓ **Ionización Física.** En los procesos físicos suelen separarse los electrones de una molécula neutra. Para lograrlo, tendrá que aportarse la energía necesaria y eso es posible calentando a elevada temperatura (suele formarse un plasma), mediante irradiación ionizante (luz ultravioleta, rayos-X o irradiación radiactiva tipo alfa, beta o gama), aplicando campos eléctricos fuertes o bien bombardeando una muestra con partículas. De este modo se genera una partícula con carga positiva (catión), además del electrón liberado. Los procesos de ionización están implicados en la formación de rayos durante las tormentas, en la generación de la luz en las pantallas de plasma y en los tubos fluorescentes, siendo la base de la espectroscopia de masas.

