



Las recomendaciones aquí enunciadas son enteramente aplicables en nuestro país y han sido desarrolladas por la Defensoría del Pueblo de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires en la Resolución 1.790/06, disponible en www.defensoria.org.ar

Quienes deseen obtener más información pueden concurrir personalmente a **Venezuela 842**, de lunes a viernes de 10 a 18, comunicarse por teléfono al **4338-4900** o enviar un mail a consumidores@defensoria.org.ar



Defensoría del Pueblo de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires

El teléfono móvil celular es muy útil, pero con el tiempo su uso frecuente y continuado podría provocar, en algunas personas:

-))) Dolor de cabeza.
-))) Fatiga.
-))) Irritabilidad.
-))) Trastornos del sueño.
-))) Dificultad de concentración.
-))) Trastornos cardiovasculares.
-))) Vértigos.
-))) Problemas visuales o auditivos.
-))) Daños al sistema nervioso.

Aún no puede afirmarse que la radiación que emiten los celulares sea tan inofensiva como suele decirse. En particular, los niños, las embarazadas, los ancianos y los enfermos podrían verse más perjudicados por una exposición descontrolada y extendida a sus radiaciones a través de los años.

La ciencia ha comprobado que los campos electromagnéticos como los que utiliza la telefonía celular pueden producir en quien está expuesto a ellos, entre otros, los siguientes efectos biológicos:

-))) Calentamiento de los tejidos expuestos (efecto "horno de microondas").
-))) Disminución de la secreción de melatonina.
-))) Cambios en la permeabilidad de las membranas celulares.
-))) Alteraciones en las ondas cerebrales, mostrado en el electroencefalograma.

Lo que aún resta determinar es si estos efectos biológicos en una exposición crónica son capaces de afectar la salud humana. Por lo tanto, no se puede afirmar en forma responsable que la utilización continuada de los teléfonos celulares resulte inocua para la salud, simplemente porque tal aseveración todavía no ha podido demostrarse.

RECOMENDACIONES

1. Telefonar lo necesario y hablar poco tiempo. Los niños no deberían usar el celular.
2. Esperar a que se produzca la llamada para acercar el móvil al oído.
3. Procurar no telefonar dentro de vehículos, porque el efecto campana que se produce en ellos aumenta el nivel de radiación.
4. Alejar el celular del cuerpo mientras se envía un SMS.
5. Procurar no transportar el aparato encendido encima, sino en maletines o bolsos. Si es preciso llevarlo en un bolsillo, apagarlo o al menos orientarlo de modo que el lado del teclado quede apuntando hacia el cuerpo.
6. Tratar de apagar el celular durante la noche y, si debe permanecer encendido, no dejarlo cerca de la cabeza.
7. En lo posible, evitar utilizarlo para jugar o para escuchar música.
8. El cable de los auriculares también transmite la radiación. Elija un sistema manos libres equipado en sus últimos 20 centímetros con un tubo hueco con aire en su interior.
9. Los sistemas sin cables provocan igualmente una radiación apreciable. Por ello, conviene mantenerse lo más alejado posible de las antenas emisoras.