

## Estufa de Inducción

Las estufas de inducción son muy populares ahora, como lo demuestra el gran incremento de las cifras de ventas. Sin embargo, en comparación con las estufas eléctricas o de gas, las estufas de inducción tienen una grave desventaja: **los fuertes campos magnéticos generados durante la cocción son perjudiciales para la salud del cocinero y destruyen el orden interno del alimento.**

### Cómo funciona

Visualmente, la estufa de inducción es difícilmente distinguible de una estufa eléctrica convencional – ambas tienen una cubierta de vitrocerámica. Sin embargo en la estufa de inducción un campo magnético de frecuencia media en el rango de 20 kHz es generado debajo de la zona de cocción, el cual causa corrientes torbellino (Foucault) en la base de la sartén, mientras que la zona de cocción sólo se calienta indirectamente a través de la sartén. Gracias a esta tecnología, la zona de cocción reacciona rápidamente y el consumo de energía es algo más bajo comparado con una estufa eléctrica.

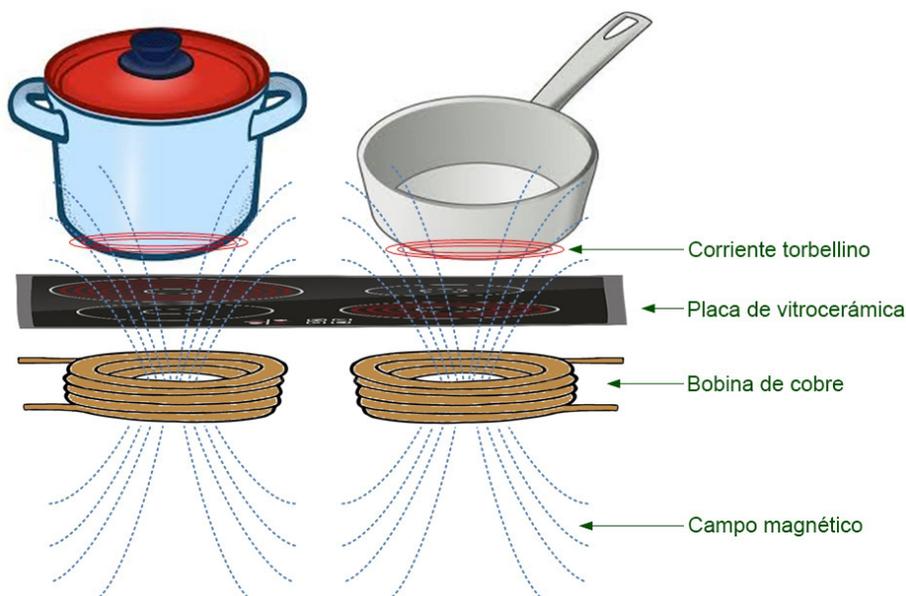


Fig. 1: Una estufa de inducción tipo cocina esencialmente consiste de una cubierta de vitrocerámica, bajo la cual se encuentra una bobina de cobre. La corriente eléctrica fluye a través de la bobina y genera un campo magnético alternante, que genera corrientes torbellino en la base de la sartén. Esto calienta la sartén y así el alimento se cuece.

## Efectos sobre la Salud

**Toda la vida y todos los procesos de comunicación en la naturaleza funcionan por medio de finos impulsos eléctricos y magnéticos. El sistema nervioso central por ejemplo, controla las funciones del cuerpo al transmitir señales electromagnéticas extremadamente sutiles.** Los campos electromagnéticos generados técnicamente se superponen e interfieren con las señales precisas: la información se distorsiona o no alcanza su destino en absoluto. **Cada pequeño cambio en esta información desencadena disfunciones y estrés e incluso enfermedades.** Por eso la Organización Mundial de la Salud (OMS) clasificó los campos magnéticos como potencialmente carcinógenos para los humanos.

Numerosos estudios prueban la conexión entre los campos magnéticos y las enfermedades:

- Los niños tienen un mayor riesgo de desarrollar leucemia. Las mujeres son más propensas a contraer cáncer de mama.

- Los mecanismos de protección natural del cerebro (e.j los niveles de melatonina y la barrera hematoencefálica se debilitan y las enfermedades tales como el Alzheimer o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) se fomentan.
- La radiación daña el material genético del ADN y puede causar roturas de los filamentos.
- El resultado es el estrés oxidativo de las células, que generalmente debilita al sistema inmunitario.

### El orden interno se destruye

Nuestros propios experimentos e investigaciones en forma clara demuestran que las estufas de inducción dañan, si no es que destruyen el orden interno de los

alimentos cocinados. Como resultado, la información inherente en el alimento cocinado se pierde – como si la música almacenada en un disco compacto fuera borrada.

En el experimento, las zanahorias orgánicas se prepararon en diferentes estufas de cocción (gas, eléctrica, inducción) y luego el agua del cocimiento fue examinada al microscopio. Las siguientes imágenes se tomaron con el método de imagen de gota en campo oscuro



Fig. 2: Imagen de una gota de agua con estufa de gas



Fig. 3: Imagen de una gota de agua con estufa eléctrica



Fig. 4: Imagen de una gota de agua con estufa de inducción

con un aumento de 25x. Mientras que la estructura (información) de la gota de agua seca es similar y claramente reconocible en las estufas de gas o eléctricas, fue destruida en las estufas de inducción (imagen inferior). Esta pérdida de información muy probablemente significa una reducción de calidad del alimento preparado en una estufa de inducción. Por lo tanto, desde este punto de vista además, ¡aconsejamos encarecidamente no usar una cocina de inducción!

**La mayoría de las estufas de inducción inclusive exceden los límites máximos establecidos por la Comisión Internacional de Protección contra la Radiación No Ionizante (ICNIRP), por ejemplo cuando una persona está de pie cerca de la estufa de inducción.**

### Valores límite

Los valores límite oficiales de la mayoría de los países se basan en los efectos irritantes puramente térmicos a corto plazo. Los efectos a largo plazo, que aún se producen con una intensidad de radiación muy baja y que se han probado por numerosos estudios (ver ej. [www.bioinitiative.org](http://www.bioinitiative.org)), no se consideran fiables y, **por lo tanto no se tienen en cuenta explícitamente al establecer los valores límite.** Este enfoque es escandaloso y duramente criticado por muchos científicos. Los valores límite oficiales para los campos magnéticos son de 6.25 µT (microtesla); ¡los efectos biológicos, sin embargo incluso se han probado con 0.02 µT! Curiosamente, los organismos oficiales tales como la Oficina Federal Suiza de la Salud Pública (BAG) emiten el siguiente consejo sobre como manipular las estufas de inducción:

- Las sartenes deben cubrir todo el fogón y no deben estar defectuosas (sin fondos torcidos) para que no se produzcan campos dispersos.
- Principalmente se deben usar los fogones traseros y los delanteros sólo con baja potencia.
- No se deben usar cucharas metálicas de cocina, para que no haya fugas de corriente a través del cuerpo.

- Las personas con un marcapasos o un desfibrilador implantado deben analizar de antemano con su médico el uso de una estufa de inducción.
- Finalmente, las mujeres embarazadas no deben estar demasiado cerca de la estufa, ya que los campos magnéticos pueden perjudicar al feto.

### La solución

La comida natural y saludable es un elemento esencial para la vida, el bienestar y el rendimiento. Por lo tanto, el cultivo libre de contaminantes, la maduración natural y la cosecha cuidadosa, las rutas de transporte cortas, así como la preparación consciente y con amor de los alimentos deben ser una cuestión de rutina.

No tiene mucho sentido usar un aparato de cocina que destruya los alimentos y que perjudique al cuerpo, como es el caso de la estufa de inducción. El microondas tampoco es una alternativa porque sus efectos sobre los alimentos son igual de graves. (Lea nuestro Factsheet "La Comida Irradiada Con Microondas No Sólo Causa Cáncer, Sino Que Además Engorda") Por consiguiente se debe usar una estufa eléctrica, de gas o de leña para cocinar. La exposición electromagnética es mucho menor aquí o ni siquiera existe con las dos últimas.

Es importante que el conocimiento sobre las características peligrosas de las estufas de inducción se difunda en forma rápida y amplia. Este folleto pretende contribuir con esto. ¡Por favor colabore!

*¡Siempre estamos felices de responder más preguntas!*

### The World Foundation for Natural Science

#### Sede Central Mundial

P.O. Drawer 16900, Washington, DC 20041, U.S.A.  
 ☎-Teléfono +1(703)631-1408 ✉-Fax +1(703)631-1919  
 ✉-Correo Electrónico: [HQ@NaturalScience.org](mailto:HQ@NaturalScience.org)

#### Sede Central Europea

P.O. Box 7995, CH-6000 Luzern 7, Schweiz  
 ☎-Teléfono +41(41)798-0398 ✉-Fax +41(41)798-0399  
 ✉-Correo Electrónico: [EU-HQ@NaturalScience.org](mailto:EU-HQ@NaturalScience.org)

07/20



The World Foundation for Natural Science  
 The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church  
 Restoring and Healing the World through Responsibility and  
 Commitment in accord with Natural and Divine Law!

