

## Hugo Dunkel entrevista – transcrição

Sintomas: insónia, lenhos/cortes/chagas (tipo cieiro) nos dedos, estrutura óssea estalava, compressão nas vértebras, queda de cabelo, cabelos brancos, secura da pele, bruxismo (dentes)

E – entrevistadora

H – Hugo Dunkel

E: Olá Hugo, tu és eletro sensível, fala-me disso um bocado.

H: Sim, então é assim acho que principalmente o mais estranho é que é uma sensibilidade que é pouco conhecida, não é? Nós estamos habituados a sensibilidade a químicos, estamos habituados a sensibilidade a poluição, sensibilidade a stress etc, etc., mas sensibilidade eletro-magnética como é uma coisa muito abstrata as pessoas acabam por ver com olhos muito estranhos e isso muitas vezes é difícil para as próprias pessoas visto que não circula o conhecimento desse tipo de sensibilidade

E: Não há informação sobre isso

H: Pois é é difícil para as pessoas perceberem como é que se sentem, quer dizer, eu quando digo que tenho hipersensibilidade em e as pessoa gozam um bocado eu digo assim: se te cair um piano na cabeça e se tu rachares a cabeça tu percebes que obviamente foi o piano que rachou a cabeça e o que eu sinto é que estamos a usar principalmente computadores e telemóveis, sinto efeitos muito fortes e diferentes sendo tlm ou computador. Também p.e. aqueles fogões de cozinha, sabes aqueles brancos elétricos são muito fortes...

E: Têm um campo elétrico muito forte; portanto és sensível aos campos elétricos?

H: Aos campo elétricos, quer dizer a vários tipos de campos não é, porque...

E: há campos elétricos e há radiação EM, a radiação é dos telemóveis e toda a tecnologia sem fios e os campos elétricos é de aparelhos elétricos que criam um campo elétrico à sua volta. É um bocadinho diferente mas é parecido

H: E quando tu falas até de REM tens a radiação elétrica e a radiação magnética que são radiações diferentes.

E. Pois mas elas interagem, não existe uma sem a outra, então essas interagem sempre.

H: Eu a parte técnica sei pouco porque não é uma coisa que eu me dedique muito muito, muito a estudar, tento me proteger o máximo possível dentro dos possíveis, mas....

E: 2:20 Então fala-me assim dos sintomas que tu sentiste, como é que tu detetaste, em que situações é que tu ficaste doente.

H. Sim, curiosamente, quer dizer eu acho que nós vamos fazer interpretações da nossa saúde e dos nossos sintomas, não é? Isto apareceu há bastante tempo, apareceu há 5 anos mais ou menos já, 4.

E: Que idade é que tinhas?

H: Tinha, ui tenho que fazer contas, não quer dizer pelo menos 5 anos, tinha 24 anos, acho eu; mas eu acho que coincidiu...

E: Foi aos 24 anos que tu te apercebestes que eras eletro-sensível?

E: H: Sim e talvez também derivado a um acontecimento que eu tive, tive uma depressão muito grande em que todo o meu sistema físico ficou muito alterado e

eu acho que isso também abriu portas para uma maior sensibilidade, porque eu sempre fui muito sensível a computadores e a telemóveis, sempre foi alguma coisa que me provocou alguma inflamação, acho que é o que eu mais sinto, acho que é a palavra mais fácil de descrever.

A: Inflamação, como é que são os sintomas?

### **Lanhos nos dedos**

H: 3:23 Os sintomas de inflamação, neste momento são mais pequenos, já foram maiores já tive, posso-te dizer p.e. que as coisas piores que eu tive foi **lenhos muito grandes nos dedos em que sangravam** quando eu trabalhava o computador.

E: Lenhos, mesmo assim, cortes?

H: Só tenho uma fotografia mas envio-te; apareciam-me mesmo cortes grandes nos dedos e isso foi a coisa mais trágica assim visível...

E: Cortes como se fosse uma faca?

H: Não, quase como se fosse um cieiro nos lábios, muito forte e depois a pele começa a...

E: A rachar, tipo chagas

H: Sim, tipo isso. Isso foi das coisas que visualmente se viam mais; pior, pior que isso ou quer dizer, não há escalas, a estrutura óssea estalava toda e sentia-me e ainda sinto um bocadinho uma **compressão muito grande entre a vértebras** que parecia que tinha assim uma compressão muito grande entre as vértebras e muito facilmente se esticasse os braços estalavam as costas e dava-me um alívio muito grande. Esses são as coisas assim piores. Depois tenho vários outros sintomas como, caiem-me muito os cabelos, os cabelos muito rapidamente ficaram, ganho muito facilmente cabelos brancos.

### **Relação dos sintomas com a radiação**

E: E como é que tu te apercebestes que isso vem dos campos elétricos, [barulho] da radiação. [4:40]

H: [...] Porque... Como é que eu me apercebi, apercebi-me por várias...

E: Como é que tu relacionaste os sintomas com a exposição a influências magnéticas? [5:10]

H: Porque é muito automático. Eu trabalho com computador muitas vezes porque faço design gráfico, porque o uso como ferramenta de organização, composição de textos etc., etc., e por mais que eu tente, tive para aí um ano da minha vida em que não usei mesmo o computador porque estava mesmo muito, muito mal e lembro-me que coisa mais difícil que eu fiz nessa altura foi ter dito à minha irmã que ia fazer o convite de casamento dela e tive de ter a minha família toda a obrigar-me a fazer aquilo e eu a chorar profundamente e foi uma tortura, foi assim uma coisa torturante, porque eu era mesmo a única pessoa com capacidade de fazer aquilo naquela altura porque já tinha de ser feito...

E: Trabalhas com artes gráficas

H: Sim, e aliás foi uma das razões que na altura de eu ter acabado o meu curso, que foi um curso ligado a design eu fugi muito dessa área porque não conseguia e não consigo projetar uma vida em que esteja oito horas sentado no computador todos os dias porque é uma coisa que é mesmo muito grave e a forma que eu acho que é muito óbvia é o fato de pe acordo, tomo o pequeno almoço, trabalho muito como free-lancer, e tou a fazer as minhas coisas organizar, fazer

investigação, etc., etc., no momento em que ligo o computador a inflamação é tanta que mexe com o meu sistema digestivo e tenho de ir à casa de banho, automático, logo e pronto fico assim com uma vontade muito grande de ir à casa de banho e vou à casa de banho. (6:30) Isso também [...] que eu já tenho lido também é uma coisa que é frequente que é o fato de as pessoas ficarem com uma vontade muito grande de ir à casa de banho. Outras coisas que me acontecem é a **secura da pele**, eu como agora já estou um bocado melhor, não de todo, uma das coisas que eu noto é principalmente a mão direita que é a mão que eu uso para telemóvel e para o computador, a mão seca, mas em questão de minutos, eu tenho assim a mão, uso o computador e de repente começo a ficar com a mão toda escamada com a pele a sair. Isso é, e aliás, se tu vires vês que a mão aqui está toda assim aos risquinhos

7:10 E: Tu falaste-me aquilo dos dedos e depois eu apercebi-me que este três dedos que são os que se usam nas teclas, comecei a sentir um ligeiro dorido na ponta dos dedos de trabalhar no portátil, porque no portátil tem a bateria não é, e a bateria tem sempre um campo elétrico forte.

H: Sim, a bateria de todo o computador está debaixo do teclado, não é, todo o transformador...

E: Mas é particularmente a bateria, agora eu pus um teclado externo e estou melhor, quer dizer, não era assim uma coisa mas eu sentia um dorido na pontas dos dedos, sentia as pontas dos dedos doridas, polegar, indicador e do meio e agora que uso teclado externo está melhor.

H: Claro, por acaso foi engraçado porque eu na altura uso Macintosh e estava à procura de um teclado Macintosh e não queria comprar um novo porque não gosto de comprar coisas informáticas novas porque ...?... mais lixo, então procurei no OLX e encontrei um teclado e um rato, que era o que eu queria, e encontrei-me com um rapaz para lhe comprar o teclado e o rapaz era engenheiro geológico qualquer coisa e ele tinha conhecimento da SEM e ficou tão preocupado com a questão que até me ofereceu o teclado e o rato porque ele disse “Ah pois eu de fato ...?... não é uma coisa que me afete mas tenho conhecido alguns casos de pessoas que estão assim. [8:44]

## **Melhorias**

E: Portanto já não tens lenhos nos dedos.

H: já não tenho lenhos nos dedos

E: Como é que isso terminou, como é que conseguistes que isso parasse?

H: Olha eu não sei mas é assim eu uma das coisas que me vou apercebendo que vou lendo, há uma relação muito grande entre o funcionamento da tiroide e, como se chama, do sistema endócrino ou seja do sistema [...] glândulas do organismo em relação à proteção que ele tem à radiação e eu tive uma fadiga adrenal que é basicamente um desequilíbrio no funcionamento nos sistema hormonal...

A: Agora aqui já me falha um bocadinho o conhecimento médico para avaliar isso, mas pronto, eu sei que a radiação todos os órgãos e afeta muito a vida das células, não é?

H: A tiróide é um dos corpos do nosso organismo que faz mais proteção contra a radiação, até que muitas pessoas que pe estiveram em acidentes radioativos e em situação onde há muita radiação tendem a ter problemas de tiroide. Por isso

E: E portanto também tens problemas de tiróide? [9.52]

H: Acredito que o fato de estar a ficar melhor, estou a ser tratado da minha fadiga adrenal, possa estar a fazer com que tenha menos sensibilidade, percebes, mas continua a existir.

### **Medidas de proteção**

E: Pelo menos não reagires tão mal.

H: Sim, não reagir tanto, é isso, aí está.

E: E os lenhos nos dedos quanto tempo demoravam a curar, como curavas? Como uma ferida normal? 10:15

H: É, como uma ferida normal, mas com o inconveniente de que se no dia seguinte tivesse que utilizar o computador lá vinha o lenho outra vez e na altura em que isso estava muito mal gastei imenso dinheiro em tudo o que era maquinaria tipo, eu durmo com um lençol fiado a prata que se liga à tomada para fazer uma conexão à terra, comprei umas luvas de proteção, as luvas pioraram porque acho que funcionavam mais como antena do que como proteção que é o que muitas vezes acontece com estes tipos de equipamentos, é que em vez de serem projetivos, têm metais envolvidos e os metais funcionam como...

E: Pois, funcionam com jaula de Faraday se calhar, em vez de a radiação ficar de fora fica de dentro.

### **Auriculares**

H: Fica de dentro, claro, por isso pode ter o conveniente de estares protegida ou podes ter o inconveniente de teres a radiação para lá metida. E pronto comprei essas luvas, comprei uma capa para telemóvel, comprei uns auriculares, os auriculares foram o equipamento, juntamente com o lençol da cama, os auriculares foram a coisa mais eficiente que eu comprei, os auriculares são tipo estetoscópios em que as colunas do telemóvel ficam pra aí a dois palmos da orelha e que o som passa por ressonância vibratória num tubo; o lençol...

A: Então os auriculares melhoraram

H: Melhoraram imenso.

A: Tu portanto eras, uma coisa tinhas aquela sensibilidade aos campos magnéticos e elétricos e também à radiação.

H: Sim, sim, sim.

E: E sentias diferença ou reagistes mais ou menos...?

H: Não é sentia porque ainda sinto, não é passado, simplesmente eu acho que sinto menos, agora o que eu sinto, as diferenças, sinto diferenças muito grandes p.e. eu neste momento não tenho que lidar tanto com o fogão elétrico, que era uma coisa que eu usava muito fogão elétrico porque fazia um evento todas as semanas, precisava de usar o fogão.

A. agora usas gás?

H: Agora como já não uso esse equipamento porque uso gás não há tanto essa problemática, o que eu sinto muito é uma diferença entre telemóvel e computador, mas também são as zonas onde tu usas, o telemóvel afeta muito a zona dos ouvidos, fico com bocado de **dores de cabeça** e fico com as orelhas a doer. 12:29

A: quando falas com o telemóvel na orelha?

H: Sim, sim, sim.

E: quando tens os auriculares fica melhor?

H: Sim, fica melhor. P.e. ontem fiz uma coisa que nunca faço que foi ficar uma hora ao telefone, ao telemóvel que é uma coisa que eu raramente faço mas já não falava há muito tempo com um amigo e principalmente à noite...

A: Com auriculares?

H: Não, sem auriculares, isto porque os meus auriculares estragaram e são muito caros e...

A: Olha, podia-te arranjar uns que eu como agora já não uso telemóvel, tenho vários.

H: Não eu tenho, eu tenho auriculares, mas aqueles auriculares

A. avariaram facilmente 13:07

### **Escamação**

H: Avariaram. E então o que é que aconteceu, eu escamo muito, a SEM dá muita **escamação na pele** e fiquei com uma ferida aqui na, até te posso mandar depois fotografias para te mostrar isto tudo que estou a dizer porque ontem tirei uma fotografia porque tive ao telefone e esse meu amigo tava a dizer “ó Hugo mas e como está a tua sensibilidade e não sei quê?” eu “ó Vasco, agora está melhor, não sei quê”, ele “Vê lá se não quiseses falar” eu “ Não, não está a custar!”, mas depois chegou ao final e tava com sangue a pingar-me assim aqui do olho porque cria muita escamação ou seja acaba por ser uma secura muito grande da pele e pronto, eu acho que neste momento aquilo que eu sinto mais é principalmente nas mãos, é quando pego no tlm ou no computador sinto a pele a secar...

A: Portanto sentes, uma das zonas é a pele?

H: É a pele, sim. E depois sinto, com o computador, sinto se tiver tempos muito longos, depois também há variações, pe, se usar computador com o carregador ligado é diferente, sinto que tem muito menos impacto em mim do que se tiver a usar o computador sem o carregador ligado, isso poderá fazer algum sentido porque o carregador faz ligação à terra e pode haver um desvio possível de radiação, não sei, estou a especular, quer dizer, não tenho esse conhecimento científico, mas...

E: Sim claro, mas vai descrevendo, vai descrevendo. [14:37]

### **Dores ósseas**

H: E o que ainda tem muito, se usar muito tempo o computador é que fico com muitas dores ósseas, muitas dores de coluna e não posso, simplesmente deixei de usar computador depois do jantar, porque fico muito, muito mal, durmo muito mal.

E: Como explicas isso dos ossos, ou descreve, tenta descrever o sintoma.

H: Eu não tenho reumatismo nem osteoporose mas eu imagino que dê assim uma coisa parecida, os ossos parece que ficam meio, que há uma fragilização dos ossos, fico com muita tensão que eu não sei se será a nível ósseo ou será a nível de tendões.

E: Tensão nervosa ou tensão física.

É tensão física, é muito é assim, parece que andei à porrada, mas é que à porrada sabe melhor porque tem aquele stress que, é diferente, não sei.

E: Que descarrega.

H: Que descarrega não é? Mesmo que seja eu a levar porrada, não é? Ali não, parece que é um stress que acumula, acumula, acumula, e que não tem saída e eu decidi, para aí há duas semanas, decidi que não usava mais computador porque

tive uma noite péssima em que me começou a doer o corpo de tal maneira que, sinto-me tão mal tão mal...

### **Dores variadas**

E: dores variadas pelo corpo todo? 15:45

H: Dores variadas, sim são dores tipo, são apertos, é desconforto, é depois **bruxismo**, o bruxismo é quando os teus dentes ficam em tensão e mexem, muito bruxismo também.

E: Portanto o computador é radiação ou o computador está ligado ao wifi?

H: É ambos, acho que com...

E: Está sempre ligado ao wifi?

H: Não, com o wifi, eu desligo quando não preciso, mas com o wifi parece-me que é, mas depois são coisas tão subtis que uma pessoa depois não sabe se roça o psicológico ou se roça o real, percebes, então eu não sei, mas eu acho que em geral sinto muito mais quando estou a usar wifi, e por isso desligo, pe, se preciso fazer uma pesquisa faço uma pesquisa, descarrego o que eu preciso, desligo o wifi e continuo a trabalhar.

E: Já experimentaste pôr um cabo, internet por cabo?

H: Já, já tive internet por cabo durante muito tempo, mas como mudei de casa e neste momento usamos uma net tipo, usamos uma pass da zon, e assim não percebes, acaba por ser uma poupança muito grande, porque obviamente que às vezes uma pessoa tem que medir essa poupança.

E: Quando quiseres podemos fazer uma pausa.

## **PARTE II**

H: Mexe muito com o humor de uma pessoa.

E: O medo é que a radiação provoca um choque qualquer, um choque que dá reações químicas dentro do corpo a nível de enzimas e que isso produz medo.

H: É bem possível, é bem possível, quer dizer na medicina tradicional chinesa o medo está relacionado como os rins e está relacionado com o funcionamento dos órgãos por isso é muito normal que tenhas o processo contrário, não é, ao afetar o funcionamento de certas partes tenhas sentimentos que advém desse ou dessa relação. Não sei eu por acaso medo não é uma coisa que sintas muito, sinto é muita ansiedade.

E: Quando digo medo é assim uma coisa, um pânico que vem assim, nem um segundo, é um choque, pac!

H: Eu percebo, é quase como uma coisa forte que não tenha razão quase de ser não é, aparente, não quer dizer que tenhas medo mas de repente aparece a sensação de medo, não é, eu percebo.

E: E que até é assim meio subtil, uma coisa muito subtil, isso eu já notei uma vez ou várias vezes, os sintomas são muito variados realmente.

H: São muito olha p.e. eu conheci um rapaz, o Sérgio que mora cá no Porto, que está a estudar na faculdade de arquitetura que vomita, vomita muito, ele não sente muito sensibilidade com computadores, ele diz que sente mais sensibilidade a antenas de telemóvel e que...

E: Antenas exteriores, aquelas grandes

H: e edifícios altamente eletrificados, etc. etc., e ele vomita muito e anda muito mal está a pensar ir com a namorada viver para o campo porque não consegue estar cá. E há uma rapaz que vinha cá muito que é o Ricardo se não me engano E. disseste que havia mais pessoas que estariam interessadas em....

H: Ele é amigo da Mónica até e ele está a morar na Lousã.

E: Vamos com calma, um de cada vez, agora estou, depois [1:56]

H: Claro, claro, mas não é só para pensar que de fato há vários tipos de sintomas

E: Sim, sim, afeta todos os órgãos, não afeta, as pessoas acreditam muito que afeta o cérebro, mas não é só o cérebro, afeta o cérebro sim senhora, mas afeta todos os órgãos, o sangue e tudo, tudo.

## **Sangue**

H: Acho que, essa questão que estás a dizer do sangue eu li alguns estudos, sou membro de uma fundação que faz investigação sobre saúde em geral e eles tiveram uma edição, eles tem tipo uma edição todos os meses, todas as estações, fizeram uma edição só focada na questão da radiação e tem uma investigação científica em que fizeram análises do sangue em vários momentos em que tu estás exposto ou não estás exposto, ou estás descalça e estás etc. etc e de fato há uma modificação muito grande do perfil sanguíneo e obviamente que isso depois vai te afetar todos os órgãos porque o sangue....

E: Eles fizeram esse teste, fizeram análises ao sangue da pessoa antes de falar ao telemóvel, depois de falar um minuto, cinco minutos, ta ta ta, fizeram testes assim.

H: E depois é normal, o sangue é um elemento básico no funcionamento do organismo por isso é normal que depois seja o cérebro, seja o coração, seja os rins, seja o fígado, seja o que for se afete com isso. Ainda por cima, pe, olha uma das coisas que para mim é óbvio e que é uma coisa, eu sou muito interessado em nutrição por isso é o campo que me interessa mais, mas pe a REM causa muito stress no organismo mesmo, stress crónico, stress crónico **consome imenso magnésio**, e o magnésio quando não tens magnésio tens mais stress então de repente tu a partir de uma exposição à radiação podes começar a entrar numa situação de stress crónico mesmo porque é um círculo, vicioso.

E: E essa associação como é que se chama que tu falaste? 4:02

H: Essa associação chama-se Weston A Price Foundation.

E: Weston?

H: Weston que é o nome de um, Weston A Price. É um dentista, é o nome de um dentista, Weston A Price. Foi um dentista que fez uma investigação muito grande sobre alimentação e tradições alimentares pelo mundo fora e neste momento há uma fundação....

E: Depois escreves-me.

H: e essa fundação faz investigação, é um grupo de médicos que trabalham muito na procura de fundir várias medicinas alternativas e várias áreas de conhecimento e focam-se em vários temas e essa temática dessa revista era sobre REM, tava muito interessante, falava da forma como a homeopatia pode ser usada para fortificar o nosso organismo, a ...?... forma é que a nutrição pode fazer, fala de muitos casos, tem assim muitas histórias engraçadas.

## **Dor, queda de cabelo**

E: Depois dás-me. Mas agora em relação aos sintomas que tu sentiste, há mais alguma coisa ou queres explicar/descrever melhor. [5:15]

H: Não porque eu acho que é sempre um bocado abstrato sabes quando, se disseses assim dores de cabeça, toda a gente já teve uma dor de cabeça mais ao menos.

E: Pois mas uma dor pode ser muitas coisas, uma dor pode ser tipo nódoa negra, pode ser tipo breca, pode ser arrepio, pode ser desconforto, a dor são uma grande panóplia de sensações de desconforto, a dor é muita coisa, uma dor.

H. Sim, é por isso que é difícil descrever dores assim, eu fazendo assim um, quase um scan no meu organismo assim para me conseguir lembrar-me de tudo o que já me deu com a SEM começando pela cabeça é o fato de sentir muito, é automático queda de cabelo quando estou exposto ao computador, cai-me muito o cabelo, vê-se mesmo assim cabelo a cair...

E. Ou wireless. Mas sentes uma diferença agora que usas wireless do que quando usavas o cabo?

H: Ah, claro que se vê. Não, sente-se, claro que se sente.

E: portanto queda do cabelo é com wireless.

H. Sim, sim até porque quando, eu tive a viver noutra sítio e montei um computador que me era muito mais amigável, em que tenho ecrã externo, tenho teclado externo, tinha rato externo, tinha o processador do computador longe de mim, tinha a internet ligada por cabo, etc., etc., então aí tinha um impacto muito muito menor. Neste momento não acontece porque mudei de casa e porque mudei há pouco tempo e ainda não tive tempo e não tive espaço para, porque na realidade nossa sala é pequena, não vou instalar o computador no meu quarto porque não quero ter um computador metido no quarto obviamente, porque tenho o mínimo de aparelhagem no quarto e provavelmente....

### **Melhorias sem telemóvel e computador**

E: E os fios elétricos na parede, também sentes? 6:59

H: Não, não sinto, não sinto. É assim não sinto, obviamente que poderá ter influência mas não é uma coisa que eu sinta logo percebes, não é uma coisa óbvia e instantânea, não é, enquanto que quando uso, acho que há sempre um stress que provavelmente possa ser causado por wireless, pela eletricidade, pelas lâmpadas, seja pelo que for, mas eu não consigo ter essa noção como é uma coisa tão constante e tão presente

E: Pois é, os sintomas são muito variados.

H: O que é engraçado é que fui, fui para aí há um ano fui passar um mês ao Algarve à quinta de uma amiga, fiquei um mês sem usar telemóvel e computadores e a viver assim numa zona muito calma, muito agradável

E: Com pouca eletricidade. 07:43

H: e a minha qualidade de vida... ganhei caracóis no cabelo e tudo, tava tão mais bem disposto, aumentei de peso, fiquei com, vida fora da cidade dependendo do teu ritmo, potencia sempre assim uma vida mais calma, mas foi impressionante, tipo as minhas mãos, fiquei com as mãos todas lisinhas, deixei de ter pele seca, dormia muito, muito, muito melhor assim e portanto foi...

### **Sintomas apareceram aos 16 anos**

E: E tu assim em criança ou jovem já notavas essas coisas? 8:16



H: Não, não, eu acho que as primeiras impactos de sensibilidade que eu tive, mas que não sei se são, na altura não associava à possibilidade de computadores, possivelmente foi aí, foram aos 16 anos em que começaram-me a aparecer alguns eczemas, só que tu tens stresses muitos de tantos lados, que pode ser um stress alimentar, pode ser um stress emocional, pode ser um stress do computador, pode ser um stress de tantas coisas que são variáveis que tu não consegues dissociar, é por isso que eu te digo, há coisas que são óbvias que eu sinto que é quando pego num computador e ligo o computador e sinto logo, tipo parece que estou a dar-me assim uma volta à barriga e fico logo mesmo muito mal disposto.

E: Pois, se calhar já é expectativa também. 8:58

H: Depois também é essa coisa, porque é uma pessoa não pode ignorar que temos...

E: Estás traumatizado já.

H: Pode ser, pode ser também, admito, mas no entanto não dá para ignorar que é forte, é muito, mesmo

E: O corpo tem memória da dor e depois torna-se hipersensível.

H: Pode ser, isso também acho que, mas eu não acredito que seja só isso porque já dormi noites muito muito más depois de ter usado o computador

E: Eu também não disse que era só isso.

H: Sim, sim, sim, e são coisas, digo-te tipo há noites que eu não consigo descrever o quão mau aquilo é, eu acordo de manhã depois de uma noite dessas e parece que andei, que me andaram a dar marteladas em cima do colchão e que me amassaram e que passaram com um daqueles tratores, aquelas rodas de pôr o alcatrão em cima eu acordo e tudo me dói, ainda por cima eu gosto de acordar fresco e ir para o ginásio logo e fazer ginástica etc., etc. acordo tipo só passado 4 horas é que o meu corpo começa a entrar assim um bocado em mais condição.

E: E tu sabes que isso tem a ver com radiações... 10:06

H: Não isso sei porque é o caso de p.e. eu às vezes chega ao final do dia apetece-me ver um filme, coisa que já não faço há duas semanas para cá, apetece-me ver um filme e pego num computador e vejo um filme e mesmo e o computador está longe de mim, está a 2m de mim, 1,5m de mim, mas é suficiente para eu ficar muito mal e portanto eu agora sinto, não sei se tem a ver com o ciclo circadiano, com o fato de um organismo ser diferente nas noites mais tardias, eu, computador depois do jantar boicoto totalmente, não admito porque é de tal maneira que quer dizer, o prazer de ver um filme é anulado pelo desprazer de dores... Mas pronto, como te digo agora as coisas mais graves, mais graves, assim visualmente, ou seja aquelas coisas que eu consigo mostrar às pessoas...

E: Pois, porque as outras não se pode mostrar as dores interiores

H: As dores interiores não se conseguem e mesmo...

E: Problemas de tiroide e não sei quê [11:00]

H: Sim. E depois é isso, é tipo eu sinto que induz muito a um stress muito, é uma tensão, é uma ansiedade que não tem razão de ser, é assim, mas pronto, não te consigo dizer muito mais sobre...

E: Sim, acho que

H: Aconteceu-me uma vez uma coisa, foi para aí há um mês e meio, tive um refluxo, tive um vómito que me aconteceu por estar a trabalhar no computador mesmo, já tinha almoçado há imenso, imenso tempo, estava super calminho em casa não sei o quê, comecei a trabalhar e de repente o meu corpo começou assim

a sentir uma sensação, não sei quê, e veio-me assim um vômito à boca, isso foi assim uma coisa estranha, mas só me aconteceu uma vez, por isso também pensei, olha poderá ser por outra razão, .... essa hipótese não é? Mas, pronto, acho que não consigo dizer muitas mais coisas sobre isto.

E: Sim, eu acho que já disseste muito.

### **Zombaria, desinteresse, desconhecimento**

H: Uma das coisas que acho que é importante dizer é aumentar mesmo a consciência de que isto existe porque, porque eu sinto mesmo, olha houve uma altura em que eu coloquei mesmo no mail, deixei de usar mail, porque passei dois anos mesmo muito mal na minha vida.

E: Deixaste de usar?

H: Mail, email, e coloquei como resposta automática no email, numa forma de dar até a conhecer às pessoas a dizerem olhem neste momento estou com um momento muito sensível devido à REM, coloquei até um link do estado suíço porque é um dos únicos estados que, que tem... (12:29)

E: Tem limites muito mais baixos para...

H: E que tem noção disso e os próprios médicos sabem, são informados de que existe essa sensibilidade e coloquei esses links e durante imenso tempo as pessoas gozavam comigo e diziam mas estás maluco, sensibilidade eletromagnética, olha agora, toda a gente tem computador e não sei quê e não sei que mais.

E: Pois, é um efeito rebanho não é, vamos todos atrás.

H: Ainda a semana passada, quer dizer ...?... uma amiga, não é assim uma pessoa que seja, tipo aquela pessoa que mais me conhece mas ...?... uma amiga quando lhe estava a dizer tipo a, sabes, é que dormi muito mal hoje porque o computador não sei quê. Ó, lá estás tu e essas coisas do computador não sei quê, e é uma pessoa que me conhece, vê todos os dias e que acompanha a evolução, se ela quiser, não é, obviamente, por isso acho mesmo estranho, como há este conhecimento, nós p.e. a minha mãe agora de vez em quando aparecem artigos e ela manda-me logo e ela sabe e assim, acho que já começa a haver mais conhecimento, mas falta as pessoas perceberem que isso existe, até para se poderem tomar estas estratégias, de alteração...

E: Eu li um texto diz, portanto os eletro-sensíveis são tipo pilotos que nos estão, ou sensores, que nos estão a avisar atenção há ali qualquer coisa mal, mas só o que se faz, marginaliza-se não é, pronto. Mas todos, todas as pessoas são eletro sensíveis, só que....

H: A níveis diferentes.

E: só que não se apercebem.

H: Sim, sim, sim e muitas doenças não são diagnosticadas como tais, porque aí está, porque

E: As taquicardias p.e. (14:04)

H: E porque a medicina está sempre muito, a medicina convencional analisa muito os sintomas, não analisa bem as causas e então tu podes ter o mesmo sintoma e podes ter muitas causas. E uma das causas pode ser a SEM

E: E é negócio, não é, para eles.

H: Não sei, e é muito trágico, p.e. eu lembro-me quando vivi em Lisboa em 2004 a Oni, que era uma rede que existia na altura, eles queriam pôr o wifi a funcionar

pela eletricidade e isso foi uma celeuma porque disseram, e na baixa, eu na altura morava na baixa lisboeta

E: Eu acho que assinei, passou um abaixo assinado e eu assinei.

H: Ainda bem que não avançou porque eu na altura morava na baixa, já começava a sentir alguma SEM e já tinha noção disso, de repente dizem olha vamos pôr o wi-fi pela rede elétrica da baixa, eu pensei “ Meu Deus, vou morrer”. É isso.

E: Tá bem, pronto, que idade é que tens?

H: Eu agora tenho 29.

E: E chamas-te?

H: Hugo Dunkel. Tudo direitinho?

E: Tá então olha agradeço-te muito.