

POLUIÇÃO LUMINOSA (INTRAFISICOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *poluição luminosa* é o ato ou efeito da alteração da luminosidade natural causada pela difusão da luz artificial excessiva emitida geralmente por grandes centros urbanos, tais como luzes externas nos edifícios, anúncios e iluminação pública, trazendo consequências negativas à saúde humana, interferência nos ecossistemas e na observação astronômica.

Tematologia. Tema central nosográfico.

Etimologia. O vocábulo *poluir* vem do idioma Latim, *polluere*, “molhar; umedecer; sujar; poluir; manchar; macular; denigrir; desonrar”. Apareceu no Século XVI. O termo *poluição* surgiu no Século XIX. A palavra *luminoso* procede do idioma Latim, *luminosus*, “o que brilha”, de *lumen*, “luz; janela”. Apareceu no Século XIX.

Sinonimologia: 1. Contaminação luminosa. 2. Conspuração da claridade. 3. Nocividade do fluxo eletromagnético luminoso. 4. Radiação luminosa agressora. 6. Assédio energético luminoso. 7. Poluição não ionizante brilhante.

Cognatologia. Eis, na ordem alfabética, 27 cognatos derivados do vocábulo *poluição*: *antipoluição*; *autopoluição*; *despoluente*; *despoluição*; *despoluída*; *despoluído*; *despoluidor*; *despoluidora*; *despoluir*; *despoluível*; *impoluibilidade*; *impoluível*; *impoluta*; *impoluto*; *megapoluição*; *polução*; *polucional*; *poluente*; *poluibilidade*; *poluída*; *poluído*; *poluidor*; *poluidora*; *poluir*; *poluível*; *poluta*; *poluto*.

Antonimologia: 1. Antipoluição luminosa. 2. Proteção de espectro visível e invisível. 3. Proteção luminosa. 4. Auxílio energético luminoso. 5. Claridade benévola. 6. Radiação luminosa benfazeja. 7. Filtro de radiação ultravioleta (UV). 8. Bloqueador de luminosidade.

Estrangeirismologia: o *ultraviolet A* (UVA) ondas compridas; as lâmpadas de *black lights* emitindo ondas compridas de UVA; o *sky glow* observado nas fotos tiradas por satélites da Terra à noite; o *glare* causando a cegueira momentânea, atrapalhando a visão ao focar na direção da luz; o *light trespass* iluminando o ambiente mesmo com todas as luzes de casa desligada; o *light clutter*, favorecendo distração de obstáculos e confusão; a *over illumination* gerando o desperdício de energia; os *colateral effects*; o *aftershock*; o *side-effect*; o *after effect*; o *blackout* utilizado nas janelas para inibição da luz externa; o edifício inglês *Walkie-Talkie*.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à importância da evitação dos estímulos luminosos no autequilíbrio.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal da saúde física; o holopensene pessoal da autovigilância; os estultopensenes; a estultopensenidade; os intrusopensenes; a intrusopensenidade; os ignoropensenes; a ignoropensenidade; os lacunopensenes; a lacunopensenidade; a fôrma holopensênica autengessante; os patopensenes; a patopensenidade; os nosopensenes esterilizantes; a nosopensenidade; os dolopensenes; a dolopensenidade; os lucidopensenes; a lucidopensenidade; os ortopensenes; a ortopensenidade; os tecnopensenes; a tecnopensenidade; os paratecnopensenes; a paratecnopensenidade; os prioropensenes; a prioropensenidade.

Fatologia: a poluição luminosa; a poluição de espectro visível e invisível; a excessiva iluminação das cidades; a iluminação pública dentro de casa; a soma de milhares de pequenas fontes luminosas presentes em adensamentos humanos; a alteração do padrão natural claro-escuro ambiental; a fonte luminosa ofuscadora; o farol alto; o desnorteamento momentâneo; a perda da função da bioluminescência; o desaparecimento dos vagalumes e pirilampos; a desorientação de tartarugas; o desvio das rotas migratórias de pássaros; a revolução científico-tecnológica; a alteração das cores dos objetos dentro de casa; a industrialização e a alteração das camadas físico-

-químicas da atmosfera terrestre; os hábitos comportamentais inapropriados à saúde; o aumento das horas de trabalho diárias em prol da produtividade; as alterações fisiológicas em consequência da exposição luminosa; a máquina de bronzeamento artificial; a cirurgia de catarata; o câncer de pele, tumor cutâneo; o carcinoma basocelular (CBC); o carcinoma espinocelular (CEC); o melanoma; a acne; a melatonina; a fotossensibilidade; a luz visível danificando os tecidos e o DNA das células da pele; os melasmas; a queratose; o exame superficial dos fatos; o apego afetivo às ideias, conceitos e convicções; a ilusão da regularidade; as aparências enganosas; o erro primário da abordagem superficial aos fatos; o adiamento indefinido quanto a troca das lâmpadas fluorescentes; o autodesrespeito; a integração das causalidades às paracausalidades; a insônia; as alterações nas taxas metabólicas; os danos somáticos irreversíveis; a redução do tempo de vida útil; a autexclusão da maxiproéxis grupal; a dessoma precoce; o silêncio omissivo; a artimanha demagógica; a trapaça; a intencionalidade anticosmoética; a medida de segurança; a defesa natural da pele; o costume; o diagnóstico do problema luminoso; a opção pela correção; a qualificação das escolhas; a opção para fazer acontecer o melhor para todos; o experimento contribuindo para a validação das técnicas propostas; a melhoria contínua das normas de fabricação de luminárias externas; a monitorização dos projetos de iluminação das cidades; o detalhe decisivo; a importância da Ecologia para a sobrevivência da Humanidade; a monitorização da fauna e flora quanto às decorrências da poluição luminosa; os ecossistemas protegidos da ação do homem ainda intocados; a ação assediadora da luz dos ambientes, afetando diretamente a qualidade de vida, seja em ação imediata ou mediata.

Parafatologia: a falta da autovivência do domínio do estado vibracional (EV) profilático; o *Curso Intermissivo* (CI); a negligência aos cuidados do soma instigada pelas companhias extrafísicas; o desenvolvimento da sinalética energética e parapsíquica pessoal perante agentes nocivos à saúde; a projeção vexaminosa; a inspiração amparadora; a incidência da leviandade somática na atual Humanidade terrestre alimentando e sendo alimentada por parapatologias baratroféricas; as manifestações dos Serenões; a lucidez quanto à busca de superar a longevidade das retrovidas, favorecendo a maturidade consciencial.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo patológico de erros sutis produtores de grande equívoco*; o *sinergismo ação-reação*; o *sinergismo inação-efeito*; o *sinergismo negativo retro-holossoma desarmônico-neo-holossoma desarmônico*; as *sinergias do desequilíbrio*; o *sinergismo organização-saúde*; o *sinergismo promoção da saúde-proteção da saúde*; o *sinergismo intrafiscalidade-utilidade*; o *sinergismo ambiente sadio-soma sadio*.

Principiologia: o *princípio anticosmoético de olhar a vantagem imediata, desconsiderando as consequências*; o *princípio de levar vantagem em tudo*; o *princípio negligente “se ninguém se importa, qual o motivo de se preocupar?”*; o *princípio de haver técnica para tudo*; a falta da vivência do *princípio da descrença* (PD); o *princípio “se não presta, não presta mesmo”*; o *princípio da prevenção*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética* (CPC) deficitário quanto aos cuidados do soma e do ambiente; o mercantilismo afetando o *código grupal de Cosmoética* (CGC) impactando nas gerações contemporâneas e futuras, desde a saúde da população ao ecossistema; o *código de defesa do consumidor*; os *códigos de ética*; o *código penal*; o *código de trânsito*; o *código ambiental*.

Teoriologia: a *teoria e a prática da existência humana sadia*; a *teoria das interprisões grupocármicas*; a *teoria do paradever da preservação ambiental*; a *teoria dos efeitos imediato e mediato*.

Tecnologia: as *sutilezas paratécnicas*; a *técnica de diminuir a emissão de luz durante a noite para o céu*; a *técnica da substituição de lâmpadas fluorescentes por LED com proteção UV*; a *técnica de colocar película bloqueadora ou cortinas blackouts em janelas domésticas*; a *técnica de se manter áreas, parques, reservas ambientais sem a poluição luminosa*; a *técnica da*

utilização dos óculos escuros em ambientes muito claros, com proteção UV; a técnica de construir estradas equipadas com barreiras, proteção à luz alta vinda dos carros do sentido oposto, permitindo melhor viagem noturna.

Voluntariologia: o voluntário da Conscienciologia; a herança interassistencial das tarefas em artigos e livros, através do voluntariado nas Instituições Conscienciocêntricas (ICs).

Laboratoriologia: o laboratório conscienciológico da grupalidade; o laboratório conscienciológico da Autopensenologia; o laboratório conscienciológico da maxiproéxis; o laboratório conscienciológico de técnicas projetivas; o laboratório conscienciológico da Autorretrocogniciologia; o laboratório conscienciológico da Autorganizaciologia.

Colegiologia: o Colégio Invisível da Conviviologia; o Colégio Invisível da Dessomatologia; o Colégio Invisível da Consciencioterapia; o Colégio Invisível da Mentalsomatologia; o Colégio Invisível da Pensenologia; o Colégio Invisível da Paraprofilaxiologia.

Efeitologia: os efeitos cancerígenos da lâmpada fluorescente; os efeitos mediatos da associação dos efeitos da luz artificial e da luz solar à Humanidade, hoje cancerígena; os efeitos mutagênicos; o efeito acumulativo da luz artificial no ciclo vital vegetal; os efeitos dos desmandos humanos no ecossistema planetário; a insônia enquanto efeito do excesso de iluminação externa nos quartos; os efeitos das ações anticosmoéticas; os efeitos dos abusos físicos no próximo neossoma; a inação coletiva gerando os efeitos ambientais sentidos nas próximas existências.

Neossinapsologia: a construção de neossinapses por meio de autorreflexão; as neossinapses da autosssegurança luminosa.

Ciclogia: as interferências nos ciclos circadianos pela exposição excessiva à luz e consequente baixos níveis de melatonina; o ciclo ação-reação; o ciclo causa-efeito; o ciclo erro-retratação; o ciclo interpretação grupocármica-vitimização-recomposição-libertação-polícarimalidade; o ciclo multiexistencial pessoal (CMP).

Enumerologia: a iluminação irregular; a iluminação excessiva; a iluminação ofuscante; a iluminação favorável ao erro; a iluminação agressiva; a iluminação cancerígena; a iluminação aceleradora do envelhecimento.

Binomiologia: o binômio desorganização-doença; o binômio imprecisão-erro; o binômio Ecossistema-Humanidade; o binômio Crenciologia-Pesquisologia; o binômio teática-teoria; o binômio conscin inexperiente-conscin experiente.

Interaciologia: a interação efeitos mediatos-negligência; a interação predisposição genética-assédio luminoso; a interação paragenética-genética; a interação população-habitat; a interação proteção-prevenção; a interação patologia-desorganização.

Crescendologia: o crescendo efeito pessoal da poluição luminosa-efeito planetário da poluição luminosa; o crescendo mancha de pele-melanoma maligno; o crescendo iluminação excessiva-iluminação adequada; o crescendo teoria-teática; o crescendo insalubre-saudável.

Antagonismologia: o antagonismo efeito agudo (imediato) / efeito crônico (mediato).

Paradoxologia: o paradoxo de a luz, base da vida, também poder matar.

Politicologia: as políticas públicas de iluminação; a pigmentocracia; a reurbanocracia; a política do mediatismo, sem o olhar a longo prazo; as políticas negligentes e genuflexas ao capital; a política pública errada.

Legislogia: a lei da segurança da radiação não-ionizante; as leis de trânsito; a lei de iluminação pública; a lei de biossegurança; as leis de proteção ambiental; a lei da causa e efeito; a lei do menor esforço levando a consequências desastrosas.

Maniologia: a mania da autossabotagem; a patomania.

Mitologia: o mito da inexistência de problemas se a mídia não os divulga.

Holotecologia: a problematicoteca; a nosoteca; a pensenoteca; a absurdoteca; a somatoteca; a prioroteca; a autopesquisoteca.

Interdisciplinologia: a Intrafisicologia; a Parapatologia; a Nosografia; a Somatologia; a Grupocarmologia; a Enganologia; a Conviviologia; a Traforologia; a Reeducaciologia; a Anti-proexologia; a Autexperimentologia; a Profilaxiologia.

IV. Perfilologia

Elencologia: a conscin lúcida; a conscin vulgar; a isca humana lúcida; a isca humana inconsciente; o pré-serenão; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin enciclopedista; a conscin longeva.

Masculinologia: o acoplamentista; o agente retrocognitor; o amparador intrafísico; o atacadista consciencial; o autodecisor; o intermissivista; o cognopolita; o compassageiro evolutivo; o completista; o comunicólogo; o conscienciólogo; o conscienciômetra; o consciencioterapeuta; o macrossômata; o conviviólogo; o duplista; o duplólogo; o proexista; o proexólogo; o reeducador; o epicon lúcido; o estudante; o professor; o pesquisador; o escritor; o evoluciente; o exemplarista; o intelectual; o reciclante existencial; o inversor existencial; o maxidissidente ideológico; o tenepessista; o ofiexista; o parapercepciologista; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; o verbetólogo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação.

Femininologia: a acoplamentista; a agente retrocognitora; a amparadora intrafísica; a atacadista consciencial; a autodecisora; a intermissivista; a cognopolita; a compassageira evolutiva; a completista; a comunicóloga; a consciencióloga; a conscienciômetra; a consciencioterapeuta; a macrossômata; a convivióloga; a duplista; a duplóloga; a proexista; a proexóloga; a reeducadora; a epicon lúcida; a estudante; a professora; a pesquisadora; a escritora; a evoluciente; a exemplarista; a intelectual; a reciclante existencial; a inversora existencial; a maxidissidente ideológica; a tenepessista; a ofiexista; a parapercepciologista; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação.

Hominologia: o *Homo sapiens lucidus*; o *Homo sapiens nocturnus*; o *Homo sapiens noctivagus*; o *Homo sapiens noctivigilus*; o *Homo sapiens urbanus*; o *Homo sapiens inconsciens*; o *Homo sapiens negligens*; o *Homo sapiens inattentus*; o *Homo sapiens scientificus*; o *Homo sapiens interassistens*; o *Homo sapiens mentalsomaticus*; o *Homo sapiens praeparatus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: poluição luminosa *direta* = a agressão da luz artificial ostensiva, gerando *efeitos imediatos* ao soma humano, à fauna e à flora planetária; poluição luminosa *indireta* = a ação da exposição à luz artificial difusa e intensa, gerando *efeitos mediatos*, a longo prazo às pessoas, à fauna e à flora planetária.

Culturologia: a *cultura do consumismo desenfreado*; a *cultura do corpo bronzado*; a *cultura do negocinho*; a *cultura da falta de preocupação com o amanhã*; a *cultura do extrativismo*; a *cultura da falta de cuidado, preservação ambiental*; a *cultura da falta de checkups*; a *cultura da procrastinação*.

Taxologia. Eis, sob a ótica da *Parapatologia*, 10 condições nocivas enquanto *efeitos da poluição luminosa*, relacionadas na ordem alfabética:

01. **Acidente migratório:** a influência nas rotinas migratórias dos pássaros devido às fontes artificiais de luz.

02. **Anticósmoética:** a inescrupulosidade da indústria no capitalismo selvagem, mantendo a venda de lâmpadas fluorescentes, suspeitas por radiação nociva.

03. **Desequilíbrio do ecossistema:** a perturbação da flora e fauna.

04. **Doença paradoxal:** o uso continuado do filtro solar, mesmo em escritórios super iluminados por lâmpadas fluorescentes, predispõe ao câncer devido a aditivos químicos.

05. **Doenças silenciosas:** as enfermidades assintomáticas minando silenciosamente as forças da conscin.

06. **Envelhecimento precoce:** a radiação UV agindo na pele.

07. **Falsa economia:** a economia quanto ao uso do produto mais barato e poluidor.
08. **Hipoacuidade:** a incuriosidade pesquisística.
09. **Modismos:** o comércio do bronzamento natural e artificial.
10. **Pele manchada:** os sintomas somáticos desconsiderados.

Otimizações. Segundo a *Profilaxiologia*, eis, a título de exemplos, 8 variáveis e as respectivas posturas otimizadoras aplicáveis quanto à mitigação da poluição luminosa, em ordem alfabética:

1. **Autoconscienciometria:** o autodiagnóstico conscienciométrico quanto à prevenção de doenças e poluição ativa ou passiva da flora e fauna.
2. **Avanço tecnológico:** a troca das lâmpadas fluorescentes por lâmpadas LED.
3. **Checkup:** os exames médicos regulares e profilaxia somática.
4. **Conceito:** a valorização de projetos de iluminação de menor impacto ambiental.
5. **Limite:** a limitação da iluminação direcionada ao céu.
6. **Organização pública:** a normatização da iluminação pública evitando a incidência indesejada dentro de casas e apartamentos.
7. **Pesquisa:** o estudo e o controle das interações poluidoras.
8. **Radiação:** o controle da radiação das lâmpadas e televisores.

VI. Acabativa

Remissologia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a poluição luminosa, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Assédio bioquímico:** Parapatologia; Nosográfico.
02. **Checkup somático:** Profilaxiologia; Homeostático.
03. **Detalhe decisivo:** Cosmossinteseologia; Neutro.
04. **Erro sutil:** Errologia; Nosográfico.
05. **Ignorância ignorada:** Autenganologia; Nosográfico.
06. **Ilusão da regularidade:** Autocogniciologia; Neutro.
07. **Intrafisicalidade:** Intrafisicologia; Neutro.
08. **Irresponsabilidade:** Parapatologia; Nosográfico.
09. **Leviandade somática:** Antiproexologia; Nosográfico.
10. **Megaperigo dos efeitos mediatos:** Paracronologia; Nosográfico.
11. **Megaproblema:** Megaproblematicologia; Homeostático.
12. **Opção pela correção:** Opciologia; Homeostático.
13. **Silêncio omissivo:** Parapatologia; Nosográfico.
14. **Sutileza técnica:** Autexperimentologia; Neutro.
15. **Tecnofilia:** Experimentologia; Neutro.

O DESPERTAMENTO QUANTO ÀS AÇÕES PROFILÁTICAS, MITIGADORAS DA POLUIÇÃO LUMINOSA DE QUALQUER ORIGEM E NATUREZA, É VITAL PARA A HOMEOSTASE DA COLETIVIDADE NESTA E NAS PRÓXIMAS VIDAS.

Questionologia. Você, leitou ou leitora, mantém-se atento(a) para a incidência de poluição luminosa? Quais ações já adotou em vida para mitigar tais efeitos?

Bibliografia Específica:

1. **Vieira, Waldo; 700 Experimentos da Conscienciologia;** 1.058 p.; 700 caps.; 147 abrevs.; 600 enus.; 8 índices; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1994; páginas 70, 130, 445, 515, 666 e 673.

2. **Idem; Homo sapiens reurbanisatus;** 1.584 p.; 479 caps.; 139 abrevs.; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 102 filmes; 40 ilus.; 7 índices; 3 infografias; 102 sinopses; 25 tabs.; glos. 241 termos; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC)*; Foz do Iguaçu, PR; 2004; páginas 1.018 a 1.022.

Webgrafia Específica:

1. **Fernandes, G. Wilson; Coelho, Marcel Serra; & Tarcísio, Caires; O Impacto Ambiental da Poluição Luminosa: O Brasil tem Apenas Três Leis para Proteger a Escuridão Noturna. Além de Desperdiçar em Iluminação, essa Forma de Poluição afeta até Ciclos da Vida;** Artigo; *Scientific American Terra* 3.0; Revista; 1 E-mail; 1 enu.; 9 fotos; 3 microbiografias; 2 refs.; páginas 40 a 47; disponível em: <http://www.amda.org.br/imgs/up/Artigo_01.pdf>; acesso em: 07.05.16.

2. **Cardiff Metropolitan University; Aquecimento Global;** Artigo; *Physical Review Letters*; Revista; *Astronoo – O Universo em todas as suas Formas*; 24 fotos; 5 gráfs.; 1 ilus.; 4 mapas; 3 websites; disponível em: <<http://www.astronoo.com/pt/artigos/aquecimento.html>>; acesso em: 07.07.16.

3. **Bond News; Luz Refletida por Prédio derrete parte de Carro de Luxo: Um Novo Arranha-céu de Londres teria sido o Responsável por Derreter Partes de um Carro de Luxo com o Calor Gerado pelo Sol Refletido em suas Janelas;** 03.09.13; 10h53; *BBC Brasil*; disponível em: <http://www.bbc.com/portuguese/noticias/2013/09/130903_luz_ja_guar_dg>; acesso em: 05.08.16.

A. S. H.