



Gorka Zozaia - @zotz_
Kimikaria

Ikusmen laburraren aurka

Ikusmen laburra edo miopia proportzio epidemikoak izateraino hazi da azken mendean zehar. Esaterako, Asia hego-ekialdean derrigorrezko hezkuntza amaitzen duten ikasleen %90i eragiten die ia, eta Mendebaldean zifrak apalagoak badira ere, antzeko hazkunde tasa erakusten dute. Egun 25 eta 29 urte arteko europarren ia erdiak ei dira miopeak eta 1920ko eta 1960ko hamarkadetan jaiotakoak alderatuz, bigarrenek miopia tasa bikoiztu egiten zuten. Goi mailako ikasketak dituztenak 16 urterekin ikasketak utzitakoekin alderatuz, lehenengoek miopia izateko arrisku bikoitza dutela ikusi izan da eta hargatik pentsatu izan da beti irakurketak eskatzen duen esfortzu bisuala dela fenomeno horren eragilea.

Gaur dakigunez, aldiz, irakurketari eskaintzen zaion denbora ez da hain erabakigarria. Antza, leku itxietan egon ordez kanpoan pasatzen dugun denbora garrantzitsuagoa da, nahiz eta arrazoa ez dugun oraindik ezagutzen. Izan liteke eguzki argiaren distiragatik, urrutiko objektuak enfokatzeko ariketagatik edo azalean D bitamina sortzen dugulako, baina ikasleen artean egindako ikerketa batzuek erakusten dutenez, jolas-orduan kanpoan denbora gehiago ematen dutenen artean miopia kasu askoz gutxiago dago.

Artikulu hau idazten ari naizela lankide bati gaia aitatu diodanean, tesi hori indartzen duen datu bat eman dit. Hari kartzelan sortu omen zitzaion miopia; sartu aurretik ez zuen ikusmen arazorik eta ateratzean ohartu zen urrutira kartelak irakurtzeko zailtasuna zuela. Bigarren espetxealdian dioptriak neurtzen zizkietela eta berak bezala beste preso askok ere denborarekin miopia gartzten zutela azaldu dit.

Egia esan, ez nion orain arte fenomeno horri erreparatu, baina nahiko logikoa dirudi bizitza lau horma artean emateak ikusmenean ere eragina izateak. Kartzelatik irtenda ere, gure bizimodu "urbanitari" erreparatuz gero (pantailen aurrean hainbeste ordu emanik, kale artean, urrunera begiratu beharrik gabe...), batek pentsa lezake azken mendean zehar begiak ingurune berri bate-

ra egokitzen ari direla, baina egokitza-pen ebolutiboak askoz ere denbora tar-te luzeagoak eskatzen ditu.

Miopia haurtzaroan agertu ohi den gaitza da, begia zabalean gehiegi hazi eta urruneko ikusmen lausoa eragitean. Baina, bistan denez, bizimoduak eragin zuzena du bere agerpenean. Gainera, betaurrekoekin edo operatuz zuzentzen ahal den molestia bat izateaz gain, miopea izateak ikusmenean eragiten duten gaixotasun batzuk areagotzen ditu, erretina-askatzea eta makularen endekapen miopikoa, besteak beste. Miopia areagotzeak etorkizun hurbilean itsumen kasuak biderkatzea ekarriko duela uste da, beraz.

Ez noa lerrootan gaitz honi aurre egiteko soluzio magikorik eskaintzera, ezta gutxiagorik ere! Baina prebentiboki bada ere, ez dut soberan ikusten hiriaren eta porlanaren gatibu garenok noizean behin kanpora txango bat egitera animatzea. Sikiera begiak zerura eramatea, infinitura, eta abuztuko gau goxoek eskaintzen diguten izar festa dastatzea. Hain zuzen ere, izar iheskorrei dagokienez egun oparoak ditugu hauek.

Uztail amaieran goia jo zuten Delta Acuarida meteorooak abuztu erdira arte ditugu hegoaldeko zerumugan ikusgai, eta Pertseidak edo San Lorentzoren malkoak deritzenek goren-gorenean izango dira abuztuaren 11 eta 12 arteko gauean, gauerditik goizaldeko laurak inguru arte. Aurten, gainera, ohiko izar iheskor tasa boskoiztu egingo dela aurrean dute; antza, Jupiterren ondotik pasatzean Pertseiden iturri den Swift-Tuttle kometaren isatsa apur bat desbideratu baita, Lurrak zeharkatuko duen eremuan izar iheskor bihurtuko diren hondar aletxo gehiago utziz. Zehazki, orduko 500 meteoroo izatera hel daitekeela aurrean dute, normalean ehun inguru izaten direnean.

Ikusteko dago gurean ohiko diren laioek horiek begizatzea baimenduko ote duten, baina ilargiaren eraginari erreparatuz egun nahiko onak dira hauek. Ilargi berria abuztu hasieran izan da eta ilgora hilaren 10ean izango da; beraz, ilargi argirik gabeko ordu dezente ditugu aste honetan zehar. Gaur ere ez da ia ilargirik eta, antza, hodeirik ere ez dator... ikusmen laburrarekin ez bada ere, jokatu ikuspegi laburraraz eta ez utzi biharko gaur egin dezakezuna! •



Miopia proportzio epidemikoak izateraino hazi da azken mendean zehar.