



Oier Gorosabel - @Txikillana

Fisioterapeuta

Fedea aurrerabidearen oztopo denean

Beti horrela egin izan da!» argumentua entzuten dudak bakoitzean, eskua pistolara joaten zait (figuratiboki, noski). Osasun mundura ekarrita, gaur Sendoa Ballesteros erizain eta lagunak berriki idatzitako artikulu bat aipatu nahiko nuke (*“La distancia entre la evidencia y práctica”*), zeinak erakusten digun ohituraren indarra harri-garria dela, zientziak frogatutako aurrerakuntzen hedapena oztopatzeraino. Artikuluan, Ballesterosek eskorbutoren tratamenduaren historia azaltzen du; eta gaiari buruz oso argigarria da.

Kontua da, XV. gizalditik aurrera, itsas garraioak garapen handia ezagutu zuela; horrekin batera, eskorbutoa (C bitaminaren gabeziak eragiten duen gaixotasuna) marinelen artean triskantzak egiten hasi zen, eta aktibitate ekonomiko honentzat arazo larria izatera ailegatu zen. Vasco da Gama portugesak erreparatu zion lehenik: laranjak jaten zituzten tripulazioetan gaixotasuna urriagoa zen. Halere, marinela zailduaren obserbazioek ez zuten osagileen kolektiboan eraginik izan. 1601. urtean, berriz, James Lancaster ingelesak aproba bat egin zuen: merkataritza espedizio bat prestatu zuen Indiara, lau ontzirekin. Horietako bateko eskifaia limoi-urez hornitu zuen, eta beste hiru ontzietakoa ez. Bidaian zehar, hiru ontzi horietako eskifaia heren bat eskorbutoz gaixotu zen; aldiz, limoi-ura zeramaten ontziko marinelen artean, bakarra ere ez. Esperientzia horrek sona handiagoa lortu zuen: horren eraginez, ontziratutako elikagaien artean zitrikoek lekua hartu zuten, eskorbutoren kontrako neurri bezala. Halere, ez zen neurri bakarra; horren erakusle, marinelen artean, ozpinarekin edo azido sulfuriko diluituarekin eginiko gargarek onarpen handiagoa zuten.

Zitrikoen berrespena, lehenetsi beharreko terapia gisa, 1747an etorri zen James Lind mediku eskoziarraren eskutik. Historian dokumentatuta dago-

en lehen entsegu klinikoan, Lindek eskorbutoa jotako hamabi marinela hartu zituen. Binaka hartuta, sei tratamendu desberdin ezarri zizkien: sagardoa, azido sulfurikoa, ozipina, itsasoko ura, intxaur muskatua eta zitrikoak. Gai-nontzean, denek dieta bera jarraitu zuten. Emaizak argigarriak izan ziren: gaixo guztiak txartu ziren, sagardoa eta zitrikoak hartu zituztenak salbu. Lehenengoak pixka bat hobetu ziren; eta bigarrenak, oster, guztiz sendatu ziren. Pentsatuko duzue, «a, orduan nabigazioaren munduan zitrikoak bat-batean eta orokorki erabiltzen hasiko ziren». Bada, ez, lagunok: beste berrogei urte luze pasatu behar izan ziren britainiar agintariek lehen neurriak hartzeko, eskifaia-erelikeen artean zitrikoak inposatuz. Eta oraindik beste berrogeita hamar urte neurriok munduan zehar hedatzeko, eta eskorbutoa eskifaia-erelikeetatik desagerrarazteko.

Ulertezina ematen du, ezta? Hain gauza argi eta onuragarriak badira, zergatik hartzen du horrenbeste denbora haien hedapen orokorrak? Bada, fedea indarrak askotan arrazoiekiko entzungor izatea ekartzen duelako (*“I want to believe”*); tamalez askotan gertatzen den kasua, osasun arloan ere bai. Horren adibide da duela gutxi hementxe bertan aipatu genuen haurren halterofilia kasua; 1988tik dakigu mesedegarria dela umeek indar-ariketak egitea, baina

oraindik gizartearen kontra-ko iritzia da nagusi. Reikia- ren kasua ere aipa daiteke: Emily Rosa gazteak duela hogeitazero eginiko ikerlan apurtzaileak eskuen pausatze teknika hori osasun publikotik ateratzea ekarri zuen, baina, gaur egun ere, “terapia” hori osasun etxe pribatu askotan eskaintzen da. Orain bolo-bolo dabilen homeopatiaren kasua ere bide horretatik joango dela dirudi, baina esango nuke oraindik urte-txo batzuetan jende askok azukre pilulak hartzen jarraituko duela, “niri mesede egiten dit!” esanez. Ez daitezela 250 urte izan, eskorbutoarekin gertatu bezala! •



Zitrikoak terapia bezala onartzea oso luze joan zen. GAUR8