

Carmen Valois

IRAKASLEA

Telomeroen tamaina

Zahartzea bizitzearen ondorio zuzena dela gauza jakina da. Alabaina, zahartze prozesuaren inguruan, teoria, ikuspuntu eta iritzi ezberdinak daude. Hargatik, gai honi buruzko aipamenak aise topatuko ditugu literaturan, aldizkari zientifikoetan, baita egunkarietan ere.

Eta arlo zientifikotik hasita, zera irakurri dut berriki: “Telomeroak dira zahartzearen erantzuleak”. Bai, hala ondorioztatu dute behintzat *Nature Genetics* aldizkarian kalerratu berri duten ikerketa-lan batean. Hor agertzen dutenez, “Telomeroen tamaina da gakoa”. Izan ere, telomeroak kromosomen parte dira eta haien tamaina izaten da adin biologikoaren erakusle: zenbat eta motzagoak izan, orduan eta zaharagoa izango da gure organismoa. Hori kontuan izanik, bi zahartze mota daudela diote: bat biologikoa, kronologikoa bestea.

Bestetik, Luis Rojas Marcosek, New Yorkeko Unibertsitateko psikiatria irakasleak zera dio: “Zahartzea gizakiok dugun irakasgai zailenatarikoa da, zahartzearen ondorioei beldurra diegulako”. Eta gaineratu du: “Gure gizarteak zahartzea ukatu nahi du. Horregatik saiatzen gara gazteago ematen”. Haren aburuz, bizitzari baikor begiratzea lagungarri izan daiteke,



DANI BLANCO

hala nola, hobeto bizitzen jakiteko, eta ondorioz, zahartzen ikasteko.

Geurera iritsita, hona hemen Karmele Jaio idazleak egunkari batean argitaratutako hitzok: “Bizitzan zehar gure gain hartutako ardurek zahartzen gaituzte. Haztea eta ardura gehiago izatea elkarrekin doaz ia beti. Eta buruan hazten zaizkigun ile zuri asko ez dira gure adinaren ondorioa, ardura eta kezkek lapurtu dizkiguten ordu guztiena baizik”.

Eta pentsatzen hasita, badugu zahartzearen teoria osatzeko adina elementu. Hain zuzen ere, badugu oinarri teoriko-zientifikoa: telomeroen tamaina. Badugu esperientziaren ahotsa: zahartzen ikasi beharra. Eta badugu senaren taupada: ardurek zahartu egiten gaituzte. Orain hipotesiak falta zaizkigu eta hona hemen otu zaizkidan bi: “Bizitzeko erak baldintzatzen du gure zahartzeko modua” eta “ardurek telomeroen tamainan zerikusia dute”.

Hala ere, badakit teoria honek ez duela gaudituko kontrol zientifiko zorrotz bat; badakit ere, norbaitek esan dezakeela sinpleegia dela. Baina niri, une batez, hausnartzeko betarik eman dit. Pentsatzeko, batik bat, bizitzari aurre egiteko jarreran dagoela koska. Eta beharbada, baikor izaten lortuko dugula telomeroen tamaina luzatzea. Ez al zaizu iruditzen, irakurle? ■

«
Bizitzari aurre egiteko jarreran
dago koska. Eta beharbada,
baikor izaten lortuko dugu
telomeroen tamaina luzatzea
»

HIRUKO TXIKIAN

Joxemari Ostolaza



Batera jo beharrekoak ditugunak hemengo aldeko datorren bozetan.

AHT eraikitzeak sor lezakeen lur antolaketa berriaren desoreka ekologikoaren ekiditea batetik, eta hiru probintzia hauetako egitura propioa sortzearen aldekoa bestetik. Bata bestearen ondorioa dugu. Boteretik gabeko eskualdeetan, Eliseoak zernahi egin dezake biztanlegoaren gaintetik, inori eta ezeri kasurik egin gabe. Zentralismo erradikalenaren eredu den Frantziak erabakimen osoa du gure ingurua antolatzeke garaian, guretzat ordain eta isil lege autoritarioa onartzea baino tokatzen ez zaigularik. 14an hor-

Bi erronka

eskerga egina da joan urteetan oraingo egokiera baliatzeke, alderdi, sindikatu eta bestelako elkarrekin helburu berak katean mailakatuz eta era askotako eragozpenak gaudituz. Orain lehen uzta biltzeko garaia dugu bestelako parioei ekiteko partidaz partida gure indarrak erakutsiz. Gipuzkoako Usurbilek erakutsi digu bidea, botere lokalaren indarraren zilegitasuna, demokraziaren izenean nekez ukatu dezaketena. Atez ate nahiago ordezkari ordezkarri baino, norberarenak beste esku utzi gabe. ■