

## 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 kaleratu 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 zaharragoa 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 zailenetarikoa 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, 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 gaindituko 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?

Carmen Valois