

Ciència

Moure's molt i viure a poc a poc

David Bueno

Sovint ens queixem del ritme de vida que tenim, d'una situació d'estrès persistent que encaixem en un estil de vida sedentari, el qual, alhora, ens permet menjar tot allò que volem, sense mesura, malgrat també hi hagi qui deixi d'ingerir de manera voluntària molts dels nutrients que el seu cos necessita. Dues situacions extremes que es troben a la base d'un nombre considerable de patologies, com la diabetis o les malalties cardiovasculars, i paradoxalment també de la malnutrició, derivada tant de les dietes desequilibrades com de les conductes anorèctiques. Tot això en una tessitura tècnica i cultural que ens proporciona una estabilitat alimentària sense precedents en la història de la humanitat, per molt que hi hagi qui idealitzi l'estil de vida dels nostres avantpassats –cosa que en filosofia es coneix com el mite del bon salvatge.

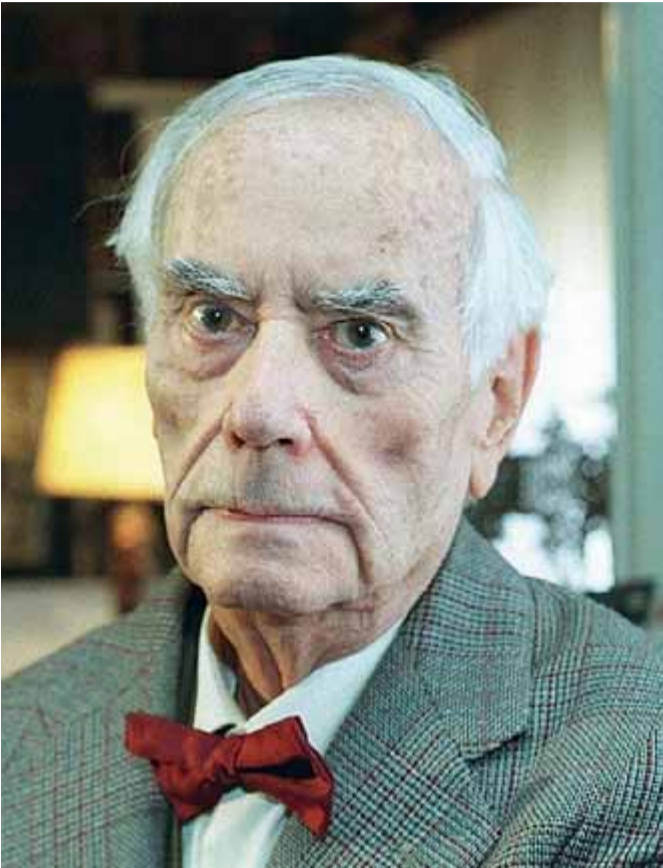
Com era la vida dels nostres avantpassats, fa milers i fins i tot centenars de milers d'anys, quan es va desenvolupar la nostra espècie? A diferència de nosaltres, es movien molt, però vivien a poc a poc. A més, patien períodes d'escassetat intercalats amb períodes de disponibilitat d'aliments. És en aquest context que la selecció natural va modelar la nostra espècie, inclosos el metabolisme i les conductes instintives relacionades amb l'alimentació. Unes conductes que, davant la presència d'aliments, ens empenyen a menjar més del que necessitem en aquell moment, i un metabolisme que s'encarrega de fer reserves de nutrients, per exemple en forma de greix, per sobreviure a les èpoques d'escassetat.

Aquests són alguns dels motius pels quals, ni com a individus ni com a espècie, tolerem bé l'estrès esdevingut crònic, el sedentarisme o la sobreabundància d'aliments. El metabolisme és important per a les nostres vides, per la qual cosa el seu coneixement ens permet entendre'ns millor a nosaltres mateixos i comprendre el perquè de molts aspectes nutricionals associats a la vida moderna. Com obtenim l'energia que necessitem i com la utilitzem i emmagatzemem? Què passa quan mengem massa o quan mengem poc? En definitiva, què s'esdevé dins el nostre cos quan mengem una botifarra amb seques i quan ja fa una estona que ens l'hem menjada?

Per ajudar-nos a comprendre els ets i uts del nostre metabolisme i les seves conseqüències en un entorn com l'actual, un grup de cinc professors del departament de bioquímica i biologia molecular de la Universitat de Barcelona (Javier Casado, Miquel Llobera, Francesc López, Ignasi Ramírez i Maria Soley), especialistes en bioquímica i metabolisme, ens ofereixen el llibre *Cos antic, entorn modern*, una simfonia polifònica amena, clara, extremament rigorosa i molt entenedora, plena d'exemples de la vida quotidiana, que aborda tots aquests temes des d'una perspectiva molt original, que relaciona la influència evolutiva del metabolisme dels nostres avantpassats prehistòrics sobre la vida actual. Com diu explícitament el subtítol del llibre, sens dubte la seva lectura farà que ens preguntem si el nostre cos està preparat per a la vida moderna. *



Cos antic, entorn modern
Diversos autors
Editorial: **Publicacions UB / Omnis Cellula**
Barcelona, 2010
Pàgines: **284**
Preu: **20 euros**

**Llibre de cavalleries**

Autor:
Joan Perucho
Editorial:
La Magrana
Barcelona, 2010
Pàgines: **192**
Preu: **19 euros**

Les històries naturals

Autor:
Joan Perucho
Editorial:
Edicions 62,
Barcelona, 2010
Pàgines: **248**
Preu: **21,50 euros**

Joan Perucho, tot i la seva qualitat, sempre va arrossegar l'etiqueta d'autor minoritari

XAVIER CARRIÓ

cions actuals Julià Guillamon assenyala precisament el component lúdic i al·legòric dels dos llibres. Llegits avui, tant el *Llibre de cavalleries* com *Les històries naturals*, són dos llibres divertits, plens de fantasia i humor, i també de lirisme, de jocs intertextuals que s'emporten el lector català cap a territoris imaginatius del tot universals. Són històries que fan dubtar, i el lector de Perucho sempre té la sensació que alguna cosa misteriosa i irracional se li escapa perquè l'autor ha estat capaç de reinterpretar i d'adaptar motius literaris coneguts als seus interessos personals, contraposant, per exemple, el caràcter racionalista i científic amb la referència de pel·lícules o llibres com ara *Dràcula*, de Bram Stoker, i *Nosferatu*, de F.W. Murnau.

Antoni de Montpalau, un naturalista escèptic del segle XIX, Onofre de Dip, un cavaller vampir medieval, el viatger Tomàs Safont, són creacions literàries d'un escriptor que, com afirmava Pere Gimferrer en el catàleg de la impactant exposició *Joan Perucho-L'art de tancar els ulls*, comissariada pel mateix Julià Guillamon, havia decidit guanyar la seva darrera batalla, la de la literatura: "Ser, alhora, molts escriptors; ser, en un cert sentit, tots els escriptors, això caracteritza el llinatge al qual pertany Joan Perucho". *

blicar per primera vegada, no aconseguissin sinó una discreta valoració del públic i de la crítica. Eren anys també de realisme històric i de literatura social, i tant Perucho com Calders, per exemple, van haver d'esperar encara alguns anys a rebre el reconeixement que, finalment, la societat catalana els ha atorgat. Fins a la publicació de la seva tercera novel·la, *Les aventures*

del cavaller Kosmas, van haver de passar més de vint anys, i Perucho, que a més va ser narrador, poeta i crític d'art, no ha acabat mai de treure's l'etiqueta de culturalista, d'erudit o de minoritari. En el seu cas, a més, hi deuen haver pesat també els recels (comprensibles) que el seu bilingüisme literari despertava i desperta encara avui.

En els pròlegs a les dues reedi-



Turismo interior
Autor: **Marcos Ordóñez**
Editorial: **Lumen**
Barcelona, 2010
Pàgines: **320**
Preu: **19,90 euros**

Marcos Ordóñez mostra una part d'ell mateix, camuflat entre la història d'altres, a les narracions de 'Turismo interior' PERE VIRGILI

