



La població japonesa és la més saludable dels països desenvolupats. Però l'adquisició dels hàbits de vida occidentals fa que problemes diversos augmentin ràpidament entre la població del país.

Japonesos: sans, però cada dia menys

Els japonesos tenen fama de copiar molt bé. Fa l'efecte que dominen el mercat tecnològic no pas a base d'innovar sinó de fer millor allò que han vist abans fora. Però en el cas de què tractarem, la còpia no els ha sortit gens bé. Els japonesos comencen a sofrir els efectes d'imitar l'estil de vida occidental, amb més greix, més alcohol i més tabac.

El Japó té l'esperança de vida més alta del món. Tant en homes com dones supera els vuitanta anys. I dintre el Japó hi ha lloc, com les illes d'Hokkaido o d'Okinawa, amb habitants que són considerats "sans entre els sans". Però, tot i que el Japó encara supera de llarg la resta de països, les seves autoritats sanitàries estan alarmades. Un informe de l'Associació d'Hospitals Japonesos assenyala que aquests darrers deu anys la salut dels nipons ha empitjorat. Ara hi ha més gent amb problemes de colesterol, de cor o de càncer, i el percentatge de persones que superen les revisions generals és menor.

Al 1984 410.000 japonesos es varen sotmetre a revisions generals (*check-up*) i el 30% les superaren bé. Al 1994 foren 2,1 milions de japonesos els que se sotmeteren a revisió i només el 18% demostraren que no tenien cap trastorn important de salut. A la regió d'Osaka-Kobe, que ha tingut -gaudit o sofert, segons com es miri- un alt creixement industrial aquests darrers deu anys, els percentatges són encara més expressius. Al 1984 el 46% dels in-

dividus que se sotmeteren a proves les superaren bé, però al 1994 només van ser el 21%.

Els autors de l'informe donen la culpa d'aquesta davallada a l'estil de vida occidental i a la dieta que els japonesos han imitat. Els japonesos es distingien per la seva bona salut -i, de fet, encara s'hi distingeixen-. La seva alimentació, pobra en greixos, els feia tenir pocs càncers de colon, per exemple. I això no és pas degut a ca-

Mentre el nombre de fumadors baixa a occident, el Japó viu un augment d'aquest hàbit, causa del notable creixement del càncer de pulmó.

Però ja que, com hem dit, la genètica no els eximeix de problemes, ingerir hamburgueses i menjar rics en greixos, beure alcohol durant els àpats i fumar ha fet pujar els nivells de colesterol, els trastorns cardiocirculatoris, els càncers de pulmó i preocupa els epidemiòlegs pel futur de la salut dels habitants del país. Hi ha qui argumenta que una població que arriba cada vegada a edats més venerables té, és clar, més problemes d'aquesta mena. Però els epidemiòlegs descarten aquestes causes, perquè molts d'aquests problemes ja surten als quaranta o cinquanta anys.

Fins i tot a l'illa d'Hokkaido es comença a notar un empitjorament general. Si bé supera la mitjana de salut del Japó, la distància entre les regions més sanes i les menys sanes es va fent més petita. També a Okinawa, un altre dels llocs tradicionalment més sans, augmenten els càncers de pulmó.

Són precisament el càncer de pulmó i els mals derivats del tabac, com ara les afeccions de cor, unes de les preocupacions de les autoritats sanitàries. Si, com hem dit, el càncer d'estómac ja era un mal típicament japonès, el càncer de pulmó l'ha superat com a causa de mort entre els homes.

L'ascens de l'hàbit de fumar entre els japonesos ha estat espectacular. A final dels anys 50 van començar a fumar cada vegada més, i des del 1960, el consum del tabac s'ha multiplicat gairebé per cinc. Ara fumen el 60% dels ho-



mes i el 15% de les dones, i el total de cigarrets consumits no para d'augmentar.

Fins ara el govern no ha volgut prendre mesures antitabac. Abans la producció de tabac era un monopoli estatal i ara s'ha privatitzat. La participació estatal en la indústria li proporciona uns 11.000 milions de pessetes anuals, però les taxes sobre el tabac li proporcionen vora dos bilions de pessetes, que és gairebé el 3% dels pressupost nacional.

Podríem pensar en aquells comptes que es feien en un episodi de *Sí, ministre*. Per fer desdir el ministre del pla de lluita contra el tabac el seu secretari li argumentava que el cost de tenir gent més sana i que visqués més seria, en pensions de jubilació, més elevat que no l'estalvi d'atenció sanitària als fumadors malalts. Però el ministre de Finances japonès no pot fer aquests comptes. Les pèrdues generades per les malalties atribuïdes al tabac, inclosa l'atenció sanitària, es calculen en uns sis bilions de pessetes, més

que no aporten a l'estat els impostos sobre el fum.

L'hàbit de fumar ha creat en els japonesos un augment notable del càncer de pulmó. Però, curiosament, el tipus de càncer és diferent del d'Europa i a Amèrica. En aquests dos continents, el càncer de pulmó afecta els grans conductes d'aire. En canvi, els japonesos fan més adenocarcinomes, que afecten les parts més perifèriques del pulmó. Els metges creuen que això és degut al fet que al Japó no hi va haver una etapa de consumir sobretot cigarrets sense filtre, contràriament al que va passar en uns altres països abans dels anys 60. Els japonesos varen decantar-se d'entrada per fumar amb filtre. Alguns metges creuen que amb la difusió dels cigarrets amb filtre aviat els patrons de la malaltia seran iguals al Japó i a la resta de països.

Però sigui del tipus que sigui, el càncer augmenta d'una forma preocupant. Quan el nombre de fumadors va baixant a occident, gràcies a diverses campanyes, al

Japó el consum no fa sinó augmentar. Actualment, a la Gran Bretanya hi ha una cinquantena de morts de càncer de pulmó per cada cent mil habitants mascles. Al Japó, n'hi ha trenta-cinc per cada cent mil habitants. Però mentre a la Gran Bretanya, després d'atènyer el màxim als anys 70, la taxa ha disminuït, al Japó ha augmentat contínuament des del 1950. Una projecció fa pensar que l'any 2000 les quantitats s'igualaran i que, a partir d'aquest any, el Japó superarà la taxa britànica en morts per càncer de pulmó.

Pel que fa al tabac, els japonesos volen restringir el funcionament de les màquines que expedeixen cigarrets i afegir advertències sanitàries a la propaganda de tabac. Quant a l'alimentació i als hàbits occidentals, els japonesos poca cosa hi poden fer. Si de cas, convèncer els ciutadans que, per una vegada, copiar pot perjudicarlos seriosament la salut.

Els japonesos han començat a imitar els hàbits d'alimentació occidentals. Alguns informes assenyalen que aquesta és la causa de l'empitjorament de la salut dels nipons.

Xavier Duran