

Poco veneno sí mata

Es prácticamente imposible no estar informado sobre los riesgos a la salud que produce el fumar. Pero un estudio realizado en Noruega demuestra que aun las personas que fuman muy poco, entre uno y cuatro cigarros al día, incrementan significativamente su riesgo de morir por enfermedades del corazón, cáncer pulmonar y otras causas.

El estudio, dirigido por Kjell Bjartveit del Servicio de Detección del Instituto Nacional de Salud Pública de Noruega, encontró que el riesgo de morir por enfermedades cardíacas en personas que fuman poco era tres veces más alto que para no fumadores. Y en las mujeres poco fumadoras, el riesgo de morir de cáncer de pulmón aumenta cinco veces respecto a las que no fuman.

Los resultados se basan en un estudio que se llevó a cabo durante más de 30 años con 42 mil hombres y mujeres de tres ciudades de Noruega. Dio inicio al principio de los años 70, cuando los participantes tenían entre 35 y 49 años de edad. El estudio siguió el estado de salud de los participantes hasta 2002.

Una complicación fue que muchos de los participantes cambiaron sus hábitos de fumar en ese lapso: unos fumaban más, otros seguían igual y otros más habían dejado de fumar. Los investigadores se centraron en las personas que durante los 30 años habían fumado entre uno y cuatro cigarros al día. Realizaron un seguimiento de las personas que habían muerto, así como de la causa del fallecimiento desde que inició el estudio hasta el 31 de diciembre de 2002. También revisaron los datos de niveles de colesterol y triglicéridos, que eran más altos en los fumadores, así como de su actividad física, menor que la de los no fumadores. Los investigadores concluyen que fumar entre uno y cuatro cigarros al día está directamente asociado al incremento del riesgo de morir de muchas causas, en especial de enfermedades cardíacas y cáncer pulmonar.

Los investigadores terminan su artículo, publicado en la revista *Tobacco Control*, diciendo que es importante difundir sus resultados debido a que muchas personas creen que poco veneno

no mata, es decir, que si fumas poco, no pasa nada. Bjartveit y sus colaboradores hacen un llamado al sector salud y a educadores de su país para que las campañas antitabaco enfatizen el hecho de que los fumadores *light* también están poniendo en grave riesgo su salud. Resulta que la única manera de que un cigarro no te haga daño no es bajando la dosis, sino tirándolo a la basura antes de prenderlo.



Vincent van Gogh (1885)

Esperanzas de inmortalidad

Evitir la muerte ha sido una gran ilusión de la humanidad. Durante mucho tiempo se pensó que sólo las religiones podían ofrecer esperanzas de este tipo, con base en la creencia en un alma o espíritu inmaterial que habita el cuerpo y que perdura más allá de la muerte.

Desgraciadamente, nunca se ha hallado evidencia científica de que exista el alma. Es más: la visión científica del ser humano, que concibe a la mente como producto del funcionamiento cerebral, parecería contraponerse directamente a su existencia. De ahí que muchas veces se piense que la ciencia nos “roba” una de las últimas esperanzas que nos quedan en un universo materialista y carente de proyecto: la de trascender la mera existencia corporal.

Pero la situación no es tan desoladora. De acuerdo con el filósofo Daniel Dennett, aún podría haber esperanzas de salvar nuestros sueños de inmortalidad, aunque de manera materialista, no espiritual.

El razonamiento va más o menos así: la visión científica de la mente, que excluye componentes sobrenaturales, implica que de alguna manera (seguramente muy complicada), un conjunto inmenso de neuronas, formadas por un número enorme de moléculas hechas de átomos materiales, y que individualmente no presentan nada ni remotamente parecido a un sentido del “yo”, son capaces, sin la participación de ningún espíritu, de producir el fenómeno maravilloso de la conciencia humana. Actualmente existen ya teorías que pueden explicar, al menos en principio y en forma esquemática e incompleta, cómo podría surgir esta conciencia.

Y aquí surgen posibilidades interesantes: si nuestro “yo” es producto solamente del funcionamiento cerebral (en forma burdamente parecida a como todo lo que aparece en la pantalla de una computadora es producto de los millares de operaciones por segundo que realiza su procesador central), eso quiere decir que por cada estado mental debe existir una configuración material específica en el cerebro que lo produzca.

Si es así, entonces debería ser posible reproducir en otro sistema –por ejemplo, una computadora avanzadísima– esas mismas configuraciones. Reproduciríamos así los estados conscientes de un ser humano.

Una capacidad así abriría la posibilidad, vislumbrada por la ciencia ficción, de “copiar” una mente humana a una computadora. Y dicha mente podría continuar existiendo aún después de la desaparición física del cuerpo y el cerebro donde surgió originalmente.

Neurociencias y computación ofrecen así, en teoría y a largo plazo, una posibilidad realmente factible de inmortalidad. Una posibilidad basada en la extrapolación racional de conocimientos y tecnologías que ya existen actualmente, y no en creencias místicas. Quizá algún día puedan volverse realidad.