

El profesor Georges Mathé ha declarado en la televisión francesa que el tabaco era la causa del cáncer de bronquios. El gran cancerólogo francés quería, sin duda, llamar la atención de la gente para la que la noción de causa es más accesible que aquella, más difusa y más sofisticada, de "factor de riesgo". Pero, justamente, todo el mundo sabe lo que es una causa y no es fácil creer que el tabaco sea la causa del cáncer de bronquios cuando ni es su condición necesaria —los no fumadores pueden tenerlo— ni su condición suficiente —todos los fumadores no lo tienen.

Cuando, para convencer, se cree uno en la obligación de ir contra el sentido común y negar la evidencia, está uno condenado a perder toda credibilidad. Al querer achacar al tabaco todos los males, se acaba por hacer creer que es absolutamente inocente.

Ahora bien, el problema, desde hace tiempo, no consiste ya en saber si fumar aumenta el riesgo de verse enfermo de cáncer de bronquios, de bronquitis crónica o de alguna enfermedad cardiovascular (infarto, arteritis, accidente cerebral), y si interviene nocivamente en la evolución de estas enfermedades. Aun antes de que la ciencia lo demostrara estadística y experimentalmente, el peligro del tabaco era reconocido por todo el mundo, y sobre todo por los fumadores. ¿Hace falta recordar "Los prejuicios del tabaco", de Chejov, o los tormentos de Italo Svevo en "La conciencia de Zeno"? El problema es comprender por qué, **contra toda razón**, la gente fuma, y por qué la sospecha, convertida en certeza científica, de la nocividad del tabaco no puede vencer el apego a un placer tan mediocre. Por primera vez, dos libros recientes abordan el problema bajo este ángulo. Se trata de "Tabac", del doctor Yves Nadjari, y de "Stop tabac", del doctor Gilver Collins. Ambos autores intentan proporcionar a aquellos que desean desintoxicarse los medios para comprenderse y dominarse. Nada de "trucos" milagrosos ni de consejos moralizadores. Evidentemente, ambos apelan a la razón: recuerdan los peligros, enumeran las experiencias, las estadísticas e incluso la experiencia. Parten del principio de que, conscientes de su debilidad, no pueden sino sentir el deseo de comportarse de manera más razonable. Bastaría entonces con ayudarles a realizar concretamente este deseo, con darles los medios prácticos.

La experiencia de su consulta en el hospital Cochin permite al doctor Nadjari estar orgulloso de sus resultados prometedores. Su técnica

Salud

LA RAZON HECHA HUMO

NORBERT BENSARD

se basa en la psicoterapia de grupo, dando ánimo a los pecadores y recordando verdades que son tan difíciles de negar como de aceptar.

El autor no exagera los peligros: basta con los que hay. No promete milagros necesariamente sin futuro. No niega las dificultades. Destruye, uno tras otro, los pretextos que se dan y que no tienen ningún fundamento racional serio. Da consejos prácticos: cómo utilizar recompensas para sostener la resolución, cómo alimentarse para no engordar, cómo combatir la sensación de carencia. La experiencia es se-

de la "boutade" de Mark Twain o de otros: "Nada es más fácil: lo he hecho cien veces".

Pueden combatirse fácilmente, con la razón, las motivaciones conscientes del fumador, ¿pero son las más importantes? Puede dudarse de ello cuando se observa a los que han dejado de fumar. Su "mal hábito" parece haber sido tan necesario a su economía psíquica que la privación, cuando no es conscientemente insoportable, tras consigo a menudo graves descompensaciones. Puede uno preguntarse, además, si el aumento de peso —quizá

do. Pero este ejemplo es aislado y necesitaría ser estudiado más de cerca: ¿hay que considerar solamente el riesgo infarto y el factor "tabaco"?

Lo que llama la atención, en efecto, es que los estudios sobre el tabaco no han hecho sino establecer una culpabilidad que había sido afirmada de golpe. Desde siempre se achacaron al tabaco los mismos perjuicios que durante mucho tiempo se habían atribuido a la masturbación. ¿Por qué el tabaco ha sido siempre sospechoso? ¿Acaso porque es un placer y un placer inventado, no natural?

En el curso de su programa de televisión, el profesor Mathé afirmaba serenamente que para estar bien hacía falta no fumar, comer menos, no beber alcohol ni café y... ¡no hacer el amor! Por fin, un gran científico se atrevía a denunciar los perjuicios del placer sexual. Sin una razón conocida por el momento, pero la Medicina sabrá dar a todos los puritanos el fundamento científico del que no tienen, a decir verdad, necesidad.

Comer, beber, fumar, hacer el amor son los únicos placeres que compartimos aún, a través de los cuales podemos encontrarnos, estar "juntos". Podríamos pretender que aceptamos pagar el precio, que aceptamos todos los riesgos. Pero debemos de conocer que no aceptamos un riesgo sino negándolo, rehusando tomarlo en serio. Más bien, el riesgo y el "placer" tienen vínculos dudosos —pero de los que haríamos mal en dudar—. Y aun si, individualmente, aceptáramos el riesgo lúcidamente, estos riesgos costarían, demasiado caros a la sociedad (a la Seguridad Social) para que pudiese permitírseles y permitirnoslos. Dan demasiada pena a los médicos —que nos quieren tanto, que no soportan vernos morir y sufrir, y aún menos vernos desafiar por nuestra estupidez y nuestra inmundicia su lucha sin cuartel contra la muerte y el sufrimiento— como para que puedan soportar durante más tiempo nuestra conducta desviada. Nuestras debilidades son socialmente demasiado costosas y médicamente demasiado insoportables. Están condenadas.

Pero la estupidez y el pecado han triunfado siempre sobre todas las morales y sobre todos los poderes. Una vez más, todo es de temer. ■



ductora, y el libro, más que respetable: claro, honesto, valiente y bien documentado.

El libro del doctor Collins es más directo, más familiar, y contiene más "trucos" que se dan como tales: medios de ayudarse y no recetas seguras. No desdeña el recurso a la acupuntura, la homeopatía y a los medicamentos en general. Pero mientras el doctor Nadjari viene a decir: "He aquí cómo puede usted hacerlo", el doctor Collins diría más bien: "He aquí cómo yo lo hago con mis pacientes".

Tiene uno la tentación de pensar que la experiencia personal en uno, el papel jugado por el grupo en el otro, tienen más importancia que las razones objetivas y los medios técnicos que ambos proponen. Y ni el uno ni el otro nos dicen lo que, a largo plazo, les pasa a los beneficiarios de sus métodos. No se sabe

más frecuente y menos fácilmente combatido de lo que se cree—, la elevación del colesterol, del azúcar y del ácido úrico en la sangre, el desequilibrio nervioso, que son todos reconocidos también como factores de riesgos importantes, no son tan peligrosos como el tabaco y si el dejar de fumar no consiste sino en reemplazar un factor de riesgos por otros muchos. Es por lo menos sorprendente y aun chocante que científicos que proclaman un rigor sin falla no hayan casi nunca estudiado científicamente el destino psíquico y fisiológico de los que han dejado de fumar. Evidentemente, se ha podido establecer que la mortalidad por infarto de miocardio de los médicos ingleses (los que han dejado de fumar) ha disminuido, mientras que en la población inglesa que ha seguido con el uso del tabaco esa mortalidad ha aumenta-