

posted by Willant on 21. január 2010 - 14:01
23.01.2010 - posledná úprava článku.



[Rosetská záhada: "títo ľudia umreli na starobu" \[1\]](#)

Kniha Výnimoční od autora Malcolm Gladwell-a je rozprávaním o úspechu, ktorého hrdinami sú právnici, vrcholoví športovci, softvéroví magnáti, ale aj dvanásťročná školáčka či hyperinteligentný farmár, ktorý nikdy nedoštudoval. Mozaikou príbehov Gladwell postupne narúša mýtus individuálnej zásluhy, inteligencie a ambícií ako predpokladov úspechu a odvracia pohľad od úspešných a výnimočných na ich okolie. Či sa človek stane hviezdou, vrcholovým športovcom alebo úspešným podnikateľom, závisí aj od toho, kedy a kde sa narodí, aké má rodinné zázemie, či bude mať možnosť tvrdo a dostatočne dlho pracovať a aké dedičstvo preberá z kultúry, v ktorej žije.

To všetko vytvára príležitosť, ktorá je pre úspech prinajmenšom taká dôležitá – ak nie dôležitejšia – ako kvality jednotlivca. Gladwell tvrdí, že ak chcete byť miliardárom zo Silicon Valley, záleží na tom, v ktorom roku ste sa narodili, a ak chcete byť úspešným pilotom, dôležité je miesto vášho narodenia. Život výnimočných ľudí sa odvíja podľa zvláštnej a prekvapujúcej logiky a vysvetlením tejto logiky Gladwell ponúka fascinujúci a provokatívny vzor na čo najväčšie využitie ľudského potenciálu.

Tajomstvo úspechu je oveľa zložitejšie ako by si to človek myslel. Dobrým príkladom je štúdia Stewarda Wolfa robená v mestečku Roseto. Táto práca nám umožní nahliadnuť na choroby ako infarkt, mozgová mŕtvica a iné "moderné" choroby v úplne inom svetle.

Roseto Valfortore 41°22'N 15°6'E

Dedinka ukrytá v Apeninských horách, od Ríma vzdialená asi 160 km v juhovýchodnom smere, v talianskej provincii Foggia. Malé mestečko postavené stredovekým štýlom, architektonicky organizované okolo centrálneho námestia, štvorcového pôdorysu. Obyvatelia nazývajúci sa taliansky, paesani, po mnoho storočí ťažili mramor v okolitých horách, alebo obrábali terasovité pozemky vytvorené pod a kolo obcou. Každé ráno chodili k svojim pracoviskám a pozemkom 6-8 km. Túto istú cestu museli absolvovať aj večer domov. Mali ťažký život. Obyvatelia žili dlho v nevedomosti a v chudobe. Nemali takmer žiadnu šancu na zmenu. Zmena nastala až v 19 storočí. Správy o zaslúbennej zemi za morom sa dostali aj sem do tejto zapadnutej dedinky.

V roku 1882, jedenásť Rosetských občanov, desať mužov a jeden mladík sa vydali na dlhú cestu do New Yorku. Prvú noc strávili na dlážke krčmy v ulici Mulberry street. Neskôr sa vydali na západ. Zanedlho sa ocitli asi 150 km západne a pridali sa k baníkom ťažiacim bridlicu, neďaleko mesta Bangor v Pensylvánii. Ďalším rokom k nim vycestovalo 15 obyvateľov. Emigranti posielali podrobné správy v dopisoch o nekonečných možnostiach novej zeme. Vďaka tomuto sa k novousadlíkom pripájalo čo raz viac ľudí z pôvodnej dedinky. V roku 1894 to bolo už takmer 1200 emigrantov. Celé časti pôvodnej dediny sa stali neobývané.

Novopristaňovalci začali skupovať pozemky v okolí kopcovitého terénu. Budovali si dvojposchodové kamenné domčeky z bridlice vedľa seba. Postavili si aj kostol ako sa na skutočných talianov patrí. Zo začiatku si osadu nazvali Nové Taliansko, neskôr ale dostalo meno Roseto. (40.8801N, 75.215492W - Roseto, PA 18013)

Malcolm Gladwell (3. september 1963, Gosport, Hampshire, Spojené kráľovstvo) je kanadský novinár a spisovateľ jamajsko-anglického pôvodu. Je autorom kníh Bod zlomu, Záblesk, Výnimoční v ktorých sa snaží zmeniť zaužívaný pohľad na svet a myslenie.*

V roku 1896 prišiel do obce mladý kňaz, Pasquale de Nisco. Podarilo sa mu zorganizovať výbornú kresťanskú komunitu, organizoval mnohé cirkevné sviatky. Úspešne nabádal občanov aby očistili svoje okolie domov od kamenných sutín, začali pestovať zeleninu, fazuľu, cibuľu a zemiaky okolo domov, aby vysádzali ovocné stromy. V okolí osady začali vznikať parky ulice, školy, založili cintorín. Vybudovali obchody, krčmičky, holičstvá. Na verejných priestranstvách začalo byť živo. Susedná osada Bangor bola prevažne osídlená anglickými a nemeckými prisťahovalcami. V tom čase sa tieto dva národy s talianmi akosi nemali v obľube. Vďaka tomuto osada Roseto ostala výhradne talianska. Žila izolovane od ostatných vlastnými pravidlami a zvykmi prinesenými z materskej krajiny. Okolité mestá sa o Roseto ani veľmi nezaujímal. Bolo by to aj takto do dnes keby sa nenašiel lekár menom Steward Wolf. Bol to špecialista na Oklahomskej univerzite, internista – gastroenterológ. Počas svojich dovolení trávil leto na jednej farme neďaleko Roseta.

Okolo roku 1950 ho požiadali počas dovolenky o malú lekársku prednášku. Po prednáške ho jeden miestny lekár pozval na pivo. Počas popíjania mu prezradil, že tu v okolí už pracuje 17 rokov. Mal mnohých pacientov. Nikdy sa ale nestretol s takým, čo by prišiel z Roseta so srdcovo cievny ochoreniami a mal by menej ako 65 rokov. Doktor Wolf bol po tomto rozhovore veľmi prekvapený.

Nezabúdajme že to bolo v 50-tych rokoch. Dávno pred nástupom liekov znižujúcich cholesterol, krvný tlak a zavedením liečebných postupov nápravy kardiovaskulárnych problémov. V tej dobe už v USA hromadne umierali ľudia na infarkt a mozgovú mŕtvicu. Bola to príčina smrti číslo jedna u občanov mladších ako 65 rokov. Pre pána Wolfa to bolo nepochopiteľné a rozhodol sa, že zistí ako to vlastne je. Požiadal o pomoc svojich študentov z Oklahomskej univerzity. Začali zbierať a vyhodnocovať úmrtné listy Rosetských občanov. Časovo tak dozadu ako to len bolo možné. Vyanalyzovali lekárske správy, robili genetické podrobné rodokmene...

Objavili zázrak

Pustili sa do veľkej práce – spomína doktor Wolf. Prvé lekárske vyšetrenia začali robiť roku 1961. Pomáhal nám primátor a aj jeho dve dcéry. Nosili nám obed, my sme medzi tým v malej miestnosti robili odbery krvi a EKG. O niečo neskôr sme rokovali s úradmi a dostali sme k dispozícii na leto aj prázdnu budovu školy. Požiadali sme všetkých občanov Roseta aby prišli na vyšetrenie. Výsledky nás šokovali! V obci nikto neumrel na srdcovo-cievne choroby skôr ako 55 ročný. Nikto mladší nemal ani náznaky podobných ťažkostí. Dôvod smrti, infarkt, bol medzi občanmi obce nad 65 rokov, v priemere o polovicu menej častý ako celoamerický priemer! Zaujímavé bolo, že aj ostatné najčastejšie smrť zapríčiňujúce choroby, boli o 30-35% menej časté.

Wolf požiadal o pomoc svojho Oklahomského sociológa Johna Bruhna, ktorý hneď pricestoval do Roseta. "Požiadali sme lekárov a sociológov ktorí robili rozhovory s ľuďmi. Rad za radom sme zaklopali do každého domu. Diskutovali sme s každým starším občanom ako 21 rokov – rozpráva svoje pamäti pán Bruhn. Neboli samovraždy, alkoholizmus alebo závislosti na liekoch. Kriminalita bola minimálna. Nikto nebol odkázaný na sociálnu starostlivosť. Pozreli sme štatistiky čo sa týkali ochorení žalúdočných vredov. – Nikto ho nemal! **"Títo ľudia jednoducho umierali na starobu!"**

Podozrenie padlo na to, že obyvatelia si osvojili nejaké špeciálne stravovacie návyky vo svojej pôvodnej vlasti a dodnes ich dodržujú - nie. Bol to omyl. Varili a piekli v bravčovej masti, nie ako v Taliansku na olivovom oleji. Svoje pizze si robili tiež na "americký" spôsob. Hrubé hutné cesto, na nej klobása, slanina, prípadne saláma s vajcom. Sladkosti ktoré sa na starom kontinente dostali na stôl len počas sviatkov, tu konzumovali takmer každý víkend. Celkový kalorický príjem z tukov bol 41%! Obec Roseto nie je obcou kde ľudia hneď z rána začnú s jogou a potom si zaklusajú 15 kilometrov. Presne naopak. Mnohí fajčia a sú obézny.

Ak stravovanie a životospráva nedávajú odpovede na otázku, pozrime sa na genetiku. Všetci obyvatelia pochádzali z toho istého miesta, z jednej talianskej dedinky. Padlo podozrenie, že zdedili niečo špeciálne čo ich chráni. Vypátrali sme takých potomkov a príbuzných ktorí žili na inom mieste USA, či aj oni disponujú týmto zázrakom odolnosti. Robili sme mnohé testy a zistili sme že nie. Zdravie je len dané miestom obce?

Pustili sa do spracovania údajov priamo susediacich miest, Bangor-u a Nazareth-u. V tom čase boli tieto mestá asi rovnako veľké a vo všetkých bývali tvrdo pracujúci Európania. Výsledky boli

diametrálne odlišné. V mestách Bangor a Nazareth boli štatistiky úmrtnosti na choroby obehovej sústavy ľudí nad 65 rokov tri krát vyššie!

Riešenie dlho nevedeli prijať ako vedecký fakt

Pánom Wolfovi a Bruhnovi začalo pomaly svitať že riešením je samotné Roseto. V jeho celkovej atmosfére a mentalite mesta. Počas prechádzok videli mnoho krát ako sa ľudia navzájom navštevujú. Vždy sa zastavia na ulici na pár slov. Spolu kuchtia na zadnom dvorčeku niečo. Objavili, že ľudia majú veľmi silné rodinné väzby. V jednom dome žijú až tri generácie a každý si druhého váži. Navštevujú spolu omše. Z obce sála celkový pokoj. V tejto maličkkej obci s 2000 obyvateľmi na ten čas napočítali 22 civilných organizácií.

Atmosféra mesta vyžarovala na každého svojho člena ducha spoločenskej rovnosti. Poskytujú skutočné spoločenské bohatstvo a hodnotu od falošného preukazovania dočasných úspechov. Týmto vyrovnávala pocity menejcennosti tých členov, ktorí sa nevedeli vždy a za každých podmienok presadiť. Podarilo sa im súdržnú Juhotaliansku spoločnosť preklonovať do centra Pensylvánie. A táto ich ochránila pred hroziacimi modernými problémami novej krajiny. Vytvorili súdržnú a ochrannú atmosféru okolo seba a tá im chránila zdravie.

"Pamätám si na prvú návštevu mesta. Len som vyjavene pozeral na veľké trojgeneračné domy, na obrovské spoločné obedy. Pekárne na uliciach. Alebo len na lavičkách sediace malé húfy ľudí ktorí sa nezáväzne bavili. Myslel som si, toto je zázrak!" Samozrejme po prvom uverejnení štúdií im vedecká komunita nechcela veriť. Nechcela veriť v liečivú a ozdravnú silu spoločnosti. Chodili z konferencie na konferenciu. Prednášali, argumentovali výsledkami ktoré počas rokov nazbierali. Takmer všade sa stretli s odmietavým stanoviskom. Vysvetliť niekomu, že zastaviť sa na kus reči na ulici so známymi chráni pred infarktom, alebo že trojgeneračný obed napomáhal ku zdraviu nebolo ľahké. Bolo to v dobe keď povýšili na piedestál vedy genetiku a za všetky šťastia a nešťastia nášho zdravia mohla ona. Pribalili k nej aj zdravú životosprávu, ale vytvoriť rovnosť medzi zdravou spoločnosťou a zdravím človeka bolo na tú dobu veľmi smelé tvrdenie.

Doktora Wolfa a Bruhna čakala neľahká úloha presvedčiť zdravotné organizácie a svet o tomto novom dôležitom faktore zdravia. Bez tohto, pozerajúc sa na jedinca, ako na samostatný element, neberúc do úvahy jeho najbližšie rodinné a spoločenské okolie, nikdy celkom nepochopíme fungovanie nášho zdravia. Na nijaký zdravotný problém sa nedá nahliadať len ako na problém jedinca! Musíme sa pozrieť aj na to v akom mikro a makrosvete žije. Tieto faktory ovplyvňujú každého z nás.

hvg.hu

[2]

Adresa zdroja (modified on 23.01.2010 - 16:28):<http://kontakt.sturovo.com/drupal/21-01-2010/302/blogy/rosetska-zahada-tito-ludia-umreli-na-starobu>

Odkazy

[1] <http://kontakt.sturovo.com/drupal/21-01-2010/302/blogy/rosetska-zahada-tito-ludia-umreli-na-starobu> [2] http://hvg.hu/egeszseg/2009_rosetoi_rejtely_malcolm_gladwell_kivetelesek.aspx