

Makina bat kontu

JOXERRA AIZPURUA

KIROLA

60 urtetik gorakoak Everestera igotzen

60 URTE IZATEA ez da gauza bera gaur egun edo orain dela 50 urte. Gure kirol-bizitza asko luzatu da azken hamarkadetan, eta hemendik 50 urtera gehiago luzatuko da ziurrenik.

AEBetako hainbat unibertsitatetako ikerlari talde batek 1990 eta 2005 urte bitartean Everestera igotako zenbait ezaugarri aztertu ditu. Denbora tarte horretan, 2.211 eskalatzailerak saiatu ziren gailurra zapaltzen, eta oro har helburu hori lortzeko probabilitatea %31koa bazen ere, 60 urtetik gorakoentzat %13ra jaisten zen. Hiltzeko probabilitateari dagokionez, orokorra %1,5ekoa zen bitartean, 60 urtetik gorakoentzat %5ekoa zen.



Everest mendia, jende helduarentzako erronka, itxura denez.

Osasuna

JABIER AGIRRE

Eskola eta familia, hiperaktibitateari aurre egiteko



Hiperaktiboa ote?

ARRETA GALERA ETA HIPERAKTIBITATE NAHASTEA (AGHN) da izendapen akademikoa, medikuen kongresuetan eta liburuetan agertzen dena. Baina jende arruntak hiperaktibitatea esaten dio, besterik gabe. Dela izen luzearekin, dela izen arruntarekin, sindrome horrek jota dauden umeen ezaugarri nagusia etengabe mugitzen egotea da: gehiegizko jarduera motorra, geratu gabe korrika, saltoka, hitz egiten ari zea, jarduera bat hasi eta berehala aldatzea, eta horrez gain, adi egoteko eta kontzentratzeko zailtasunak.

Baliteke sei urtetik gorako umeen %10ak izatea sindrome hori, eta eskola eta gizarte mailako zailtasunekin batera agertu ohi da. Horrelaxe nabarmendu dute adituek, duela gutxi Arreta Galeragatikoa Nahasteari eskainitako jardunal-

dian. Eskolan, ume horiek motibaziorik, ikasteko interesik eta diziplina arrastorik gabekotzat, eta ezarritako arau guztien hausle edo urratzailatzat jotzen dituzte sarritan, baina ezinbestekoa da denok (guraso nahiz irakasleok) argi edukitzea portaera bitxi horien atzean dagoen arrazoia. Hezitzaileen zeregina funtsezkoa da portaera arazo horiek identifikatzeko, eskolan bezala baita etxean edo familia giroan ere, hortxe ematen baita umearen eguneroko bizitza. Izan ditzakeen arazo, zailtasun eta gorabehera guztiak haiek behatu eta aztertuko dituzte hobekien.

Behin arazo bat dagoela ikusi ondoren, elkarri transmititu beharko diote susmo edo errealtate hori –gurasoek irakasleei edo alderantziz–, eta umea osasun mentalean aditua den batengana bideratu, hark diagnostikoa berretsi eta arazoa tratatzeko modurik hobereana zein den erabaki dezan. Arazoa kezkatzeko modukoa da, nahaste horrek umearen arreta eragotzi, bere portaera zaildu eta arauetara egokitzea aldrebesten duen neurrian. Ume horiek, eskolan errendimendu eskasaz gain, portaera antisoziala edukitzea ere iritsi daitezke. Horregatik, garrantzi handikoa da arazoa lehenbailehen bideratzea. Informazio gehiago nahi izanez gero, www.f.adana.org helbidera (Adana fundazioa) jo dezakezue.

landareak

Datu hauek ez datoz bat mendi “normaletan” ematen direnekin. Horietan, adinak aurrera egin ahala alderdi fisikoak behera egiten badu ere, zuhurtasunak eta esperientziak orekatu egiten dute ahulezia fisikoa.

Egindako azterketan datuen analisi estatistiko hutsa egin da, eta horrek ez du argitu zergatik Everesten kasuan hilkortasun-tasa hainbeste handitzen den. Gaineratu dezagun gailurrera iritsi zirenen artean, jaitsierako hilkortasun-tasa %25ekoa izan zela 60 urtetik gorakoengan, eta %2,2koa baino ez gazteengan.

Gogoratu beharra dago Everestera lehen aldiz igo ziren Edmun Hillary-k eta Tenzing Norgay-k 33 eta 39 urte zituztela hurrenez hurren balentria hori lortu zutenean, eta garai hartan eskalatzaille gehienak 40 urtetik beherakoak zirela. Aldiz, orain eskalatzaille gehienak 40 urtetik gorakoak dira, eta hogeita hamarretik bat 60 urtetik gorakoa.

Sexuen artean ez da diferentzia nabarmenik topatu. Eskalatzaille gehienak gizonezkoak baldin badira ere, hilkortasun-tasaren inguruko datuak zein gailurrera heldu direnenak antzekoak dira. ■

GEOLOGIA

Kometa bat lehertu zen Ipar Amerikan orain 12.900 urte

KALIFORNIAKO UNIBERTSITATEKO James Kenett eta lankideek, orain 12.900 urte gertatutako mila urteko hoztearen eskizari aritu ondoren, Ipar Amerika gainean lau kilometroko diametroa zuen kometa lehertu zela adierazi dute.

Aurkikuntza horrek hoztea eta ugaztun handien desagertzea justifikatu ditzake, eta urteak eta urteak dirauten eztabaidetan datu berriak ekarri. Ipar Amerikako ipar-ekialdean dagoen Laurentideko izotz-geruzan iridio askotxo topatu da, eta Lurrean dagoen iridiorik gehiena estralurtarra da; horrek eman du kometa leherketaren aztarna. Iridioarekin batera nano-diamanteak eta hainbat gas topatzeak indartu egin du arestian aipatu tesia. Uste denez, kometa leherketak atmosfera hozteaz gain baso asko erre zituen eta ozeanoetako korronteen zirkulazioa aldatu zuen. ■

JAKOBA ERREKONDO

mandio@zerain.com

Hil eta bizi

NOSTRADAMUS HANDIAK armikaz jengibrearen egiten zuen XVI.eko garai hartan eraiki ziren lehen baserrietan, dolare-baserrietan, sagarrondoaren emana jakinetik urrutira gabe, atari eguteretan nonbait mertxikondoak edo mertxika arbolak (*Prunus persica*) izango ziren. Milaka urte askotan Asia geuretzako urrunean –Txinan, Japonian...– erruz landatu eta laudatu ondoren iritsi zen geurera erromatar otarretan. Harrezkero luxuzko gutizia da hemen hazitako mertxika edo muxika eta eguteretan egutere-na zuenak, sasoiaren gandra tente izaten zuen azokan fruitu musu gorri gozoenez gainezkako saskien atzean.

Begiek ordaintzen dutenez, fruitu handienak izateko muturrean hauek dituen arbari axaleko azala buelta osoan ebakitzea teknika zaharra da. Sustraietatik igotako izerdi gordina hostoetan gozatu eta arbola elikatze-ara goitik behera abiatzean bertan gelditu beste aukerarik ez du, ebakiaren aduanan, jate-na dena fruituen eskura...

Lehenengo batean Hernio muturreko gurutze-baratzean, igandeko jende desdetxatik urrun, bederatzi lagun. Gurutzepean bikoa, harantzaxeago bost –aiton, seme, alaba, suhi eta biloba– eta gu bi. Gurutzepeko bat, besteon egarria eta bekaizkeria goitituz, mertxika janez. Ez *si* eta ez *no* aizona poto bat husten hasten da, haizeari. Haizea geure muturrera eta mertxikara, mertxikarekin edo gabe amona jaten ari ginela jabetu ginen arte... Mertxika-jalearen imintzioak ez zaizkit berehalakoan ahaztuko. Amona ez zen mertxikazalea izango... Txinatarren arabera fruitu hau hilezkorrek edo hilezinek jaten zuten; enperadorearen morroiak eskuetan hiruna mertxikarekin irudikatu ohi ziren. Gazte lirain eta pertxentari ere mertxika deitzen zaio makina bat kulturatan, hiltzea, ustez jakina, urrun duenari alegia.



Prunus persica

Web, CD-ROM eta paper formatuetan soluzioak alor guztietan

Ikerketa Erremintak Soluzioak Zerbitzuak

Adur SOFTWARE PRODUCTIONS

Adur Software Productions, S. Coop. (ASP)
Industrialdia 1, 20186 Lesarri-Oria
Tel. 943 37 18 48
e-mail: adur@adur.com

INFORMAZIOAREN UNIBERTSOA