

# Recenzja: Grażyna Jasieńska, *The Fragile Wisdom: An Evolutionary View on Women's Biology and Health*, Harvard University Press, USA 2013

Andrzej Galbarczyk

Zakład Zdrowia i Środowiska, Instytut Zdrowia Publicznego, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Jagielloński Collegium Medicum, Kraków

*Adres do korespondencji:* Andrzej Galbarczyk, Zakład Zdrowia i Środowiska, Instytut Zdrowia Publicznego, Uniwersytet Jagielloński Collegium Medicum, 31-531 Kraków, ul. Grzegórzecka 20, tel. 12 43 32 831, a.galbarczyk@uj.edu.pl

Od lat 30. XX wieku w nauce znana była idea Waltera B. Cannona „mądrości ciała”. Zgodnie z nią nasze ciała „wiedzą”, co jest dobre dla naszego zdrowia. Wsluchując się w sygnały wysyłane przez nasze ciało, potrafimy dokonywać mądrych wyborów dotyczących chociażby naszej diety. W swojej książce, której tytuł można przetłumaczyć jako *Krucha mądrość*, prof. Jasieńska rozprawia się z tą teorią, udowadniając, że „mądrość” naszego ciała, jeżeli chodzi o utrzymanie nas w dobrym zdrowiu, pozostawia raczej wiele do życzenia.

Książka Grażyny Jasieńskiej została wydana przez jedno z najbardziej prestiżowych wydawnictw naukowych na świecie. Głównym jej przekazem jest to, że „mądrość” naszych ciał wcale nie ma na celu zapewnienia nam jak najlepszego zdrowia. Nadrzędnym celem jest reprodukcja, czyli przekazanie genów następnym pokoleniom. W toku naszej ewolucji zawsze preferowane były cechy przyczyniające się do zwiększenia sukcesu reprodukcyjnego, a nie cechy zapewniające nam dobre zdrowie. W książce przedstawiono najważniejsze założenia stosunkowo nowych dziedzin nauki, jakimi są medycyna ewolucyjna i ewolucyjne zdrowie publiczne. Autorka dowodzi, że to właśnie ewolucyjna perspektywa jest kluczem do zrozumienia fizjologii reprodukcyjnej i zdrowia człowieka.

Doskonałym przykładem swoistego konfliktu między zdrowiem a płodnością są stężenia hormonów płciowych u kobiet. Z jednej strony wysokie stężenia hormonów, takich jak estrogeny i progesteron, są niezbędne do kobie-

cej reprodukcji – zwiększają szansę zapłodnienia, podtrzymują ciążę. Z drugiej jednak strony wysokie poziomy tych hormonów zwiększają ryzyko wystąpienia takich chorób, jak rak piersi czy rak endometrium. Wiedząc zatem, że wysoka aktywność fizyczna zmniejsza poziomy tych hormonów, czy powinniśmy rekomendować aktywny tryb życia kobietom? Intensywna aktywność fizyczna może uchronić kobiety przed jednym z najczęstszych kobiecych nowotworów, jednak może również negatywnie wpłynąć na ich płodność.

Podobne konflikty między reprodukcją a zdrowiem są dosłownie zapisane w naszych genach. W swojej książce prof. Jasieńska wyjaśnia zjawisko plejotropii antagonistycznej, czyli przeciwstawnego działania poszczególnych genów na różne cechy. W czasach, kiedy coraz większą nadzieję pokłada się w potencjalnych zastosowaniach terapii genowej, warto zrozumieć, że niektóre geny, które mogą być szkodliwe dla naszego zdrowia, jednocześnie wpływają korzystnie na naszą płodność.

Prof. Jasieńska wskazuje również, że na nasze zdrowie nie wpływają jedynie styl życia i geny. Fizjologia reprodukcyjna, a także nasze zdrowie mogą być determinowane już w okresie rozwoju płodowego i wczesnego rozwoju w okresie dzieciństwa. Co więcej, mechanizmy epigenetyczne sprawiają, że nasze zdrowie mogło być już ukształtowane przez warunki, w jakich żyły i rozwijały się nasze matki, a nawet babki. To wszystko sprawia, że nie ma jednego, łatwego przepisu na zdrowy styl życia, który możemy zalecić każdej kobiecie, a skuteczne pro-

gramy zdrowotne muszą uwzględniać wiele czynników i ich interakcje.

Bardzo ciekawe są również przytoczone w książce przykłady nieprzewidzianych konsekwencji działań z zakresu zdrowia publicznego. Budowanie studni w ubogich krajach mających problem z dostępem do wody jest niewątpliwie szczytnym celem. Konsekwencją takiego działania może być jednak pogłębienie ubóstwa i znaczne pogorszenie się stanu zdrowia dzieci w tych populacjach. Kobiety, które do tej pory były odpowiedzialne za przynoszenie wody z ujęć oddalonych od miejsca zamieszkania, nagle, ponieważ mają dostęp do studni tuż przy domu, istotnie zmniejszają swoją aktywność fizyczną. Nadwyżkę energii organizm może zainwestować w bardziej intensywną reprodukcję. W konsekwencji kobiety rodzą więcej dzieci pomimo tego, że na ogół nie mają

środków na wyżywienie większej rodziny. Nieoczekiwanym skutkiem budowania studni jest więc większy rozmiar rodziny i pogorszenie stanu zdrowia dzieci.

W książce prof. Jasieńskiej na próżno szukać prostych rekomendacji zdrowotnych. Jest to zdecydowanie książka dla osób, które chcą poznać i zrozumieć złożoność funkcjonowania kobiecego organizmu. Książka nie jest adresowana jedynie do osób zajmujących się zdrowiem reprodukcyjnym i płodnością kobiet – lekarzy, położnych i naukowców. Warto ją również polecić specjalistom zdrowia publicznego, szczególnie tym planującym różne programy zdrowotne lub kreującym politykę zdrowotną, tak żeby w pełni zdawali sobie sprawę z konsekwencji swoich działań. Na koniec, poleciłbym tę książkę również wszystkim osobom chcącym spojrzeć na nasze zdrowie z szerszej, ewolucyjnej perspektywy.