

SOCIEDADES COMPARADAS
TEMPORADA 2 | EPISODIO 03 | GUIÓN TÉCNICO

INTRODUCCIÓN

MÚSICA FADE IN [Hagen Quartet de Maurice Ravel por String Quartet in F]

Narradora 1

«Jared Diamond comenzó su carrera académica como naturalista: observaba los pájaros y deducía reglas de su comportamiento. Más tarde cambió el objeto de su interés y empezó a estudiar organismos tan complejos como las sociedades humanas, pero con el mismo método.

Hoy vamos a ver cómo, en siete capítulos de su último libro, explica por qué unos países son pobres y otros ricos, cómo influyen las instituciones en la prosperidad, de qué modo la geografía condiciona el devenir de China frente al de Europa, cómo influyen las crisis de los países y qué problemas afronta el mundo de hoy.

Diamond escribió un libro fascinante que en pocas páginas aborda las grandes cuestiones de la actualidad y nos muestra las lecciones que podemos extraer de las ciencias sociales».

MÚSICA FADE OUT [Hagen Quartet de Maurice Ravel por String Quartet in F]

FX [Máquina de escribir Olivetti inicio]

ARTÍSTICA DE APERTURA

FX [Máquina de escribir Olivetti]

MÚSICA FADE IN [I Spy por Earle Hagen]

Locutor 1

Esto es “No-ficción, un podcast de libros”.

FX [Máquina de escribir Olivetti]

Locutora 1

Gracias por acompañarnos.

Recordá que podés escucharnos en Soundcloud, o podés suscribirte para disfrutar de nuestros episodios con tu app favorita desde tu celular o tablet.

¡Encontranos en iTunes!

FX [Máquina de escribir Olivetti]

Locutor 2

Bienvenidos al podcast de Penguin Random House Grupo Editorial.

MÚSICA FADE OUT [I Spy por Earle Hagen]

FX [Máquina de escribir Olivetti final]

MÚSICA FADE IN [Look at That Old Grizzly Bear por Mark Mothersbaugh]

Locutora 2

Hoy: “Sociedades comparadas”.

Un libro de Jared Diamond.

Publicado por Editorial Debate

MÚSICA FADE OUT [Look at That Old Grizzly Bear por Mark Mothersbaugh]

FX [Sirena ambulancia]

FX FADE IN [Ambiente hospital]

Track 1

«Enfermera: Se nos rompió el sistema, ¿quién sigue para el endocrinólogo? Señora, pase por favor que la espera el Dr. González.

Dr. Buenos días. De acuerdo a sus estudios, Ud. es una paciente con diabetes tipo 2. Como usted sabe, no hay una cura, pero con los nuevos tratamientos disponibles, le podemos garantizar una buena calidad de vida».

FX FADE OUT [Ambiente hospital]

FX [Heart Rate Monitor]

MÚSICA FADE IN [Thinking of baby por Elmer Bernstein]

Narradora 2

¿Cuáles serán las principales causas de muerte entre los estadounidenses? Hoy podemos decir con bastante exactitud que la mayoría morirá a causa de enfermedades no transmisibles como la hipertensión, diabetes o cáncer. Solo nosotros, nuestros genes y nuestra forma de vida pueden conducirnos a ellas. Si bien en la actualidad estas enfermedades constituyen las principales causas de muerte, no siempre ha sido así. ¿Cuáles son los motivos de este cambio?

En “Sociedades comparadas”, Diamond nos explica lo fascinante, difíciles e importantes que son las ciencias sociales para comprender el mundo en que nos tocó vivir.

MÚSICA FADE OUT [Thinking of baby por Elmer Bernstein]

FX [Tomando presión arterial]

FX FADE IN [Ambiente hospital]

Track 2

«Dr: La diabetes es una enfermedad que se define por los niveles de glucosa en sangre. Hay diferentes tipos, la más común es la tipo 2, que se produce principalmente en pacientes adultos. Para quienes la padecen es importante cambiar los hábitos cotidianos: hacer una buena dieta y ejercicio al menos dos veces por semana es fundamental».

FX FADE OUT [Ambiente hospital]

FX [Transición]

MÚSICA FADE IN [From Russia With Love por Count Basie]

Narradora 3

Hace doscientos años las principales enfermedades mortales entre los americanos eran las contagiosas, como la viruela, el sarampión, la tuberculosis, la malaria y el cólera, que hoy en día apenas causan alguna muerte.

¿Qué pasó desde entonces? ¿Qué motivó la transformación de un escenario de mortalidad motivada por enfermedades contagiosas a este nuevo panorama que tenemos hoy, ocupado por enfermedades no contagiosas?

A partir de estudiar el fenómeno, Diamond ha llegado a una explicación. En los últimos tiempos, el aumento de la prosperidad y, por tanto, del consumo de alimentos en China y la India ha dado lugar a que los índices de diabetes se disparen en ambos países, donde su incidencia era mínima hasta hace unas décadas.

Hoy China e India compiten entre sí por el primer puesto entre los países con mayor número de diabéticos del mundo: más de cincuenta millones en cada uno. Pero la distribución social de la enfermedad en ambos es opuesta a la observada en Estados Unidos y Europa.

Entre los americanos y los europeos, la gente urbana más adinerada y preparada tiene menos diabetes que los pobres y menos formados, porque los primeros saben que no es sano comer en exceso, mientras que los pobres solo pueden permitirse alimentos pocos saludables, que engordan y provocan sobrepeso. No han recibido información sobre los hábitos alimenticios sanos.

Por el contrario, en la India y probablemente también en China los ricos que pueden permitirse comer mucho todavía ignoran las consecuencias que la sobrealimentación tiene para la salud, por lo que siguen comiendo en exceso y acaban presentando diabetes.

Los grandes problemas del mundo actual no escapan en absoluto a nuestro control. Nuestra mayor amenaza no es un asteroide a punto de colisionar con nosotros. Al contrario, todas las amenazas importantes a las que nos enfrentamos hoy son problemas creados completamente por nosotros. Y ya que hemos creado los problemas, también deberíamos resolverlos.

MÚSICA FADE OUT [From Russia With Love por Count Basie]

FX [Transición]

FX FADE IN [Ambiente hospital]

Track 3

Dr.: Comencemos con algunas preguntas de rutina:

¿Ud. tiene antecedentes de familiares con diabetes?

Paciente: Creo que mi abuelo sufrió de diabetes pero la verdad es que no estoy segura.

Dr.: Habitualmente ¿se hace pruebas de sus niveles de azúcar en la sangre?

Paciente: Me hago chequeos generales, al menos una vez al año.

Dr.: ¿Anteriormente ha presentado niveles altos de azúcar en sangre?

Paciente: No, no lo sé con certeza. Debería ver mis estudios anteriores».

FX FADE OUT [Ambiente hospital]

MÚSICA FADE IN [Opus 71a No 3, Dance of the Sugarplum Fairy por Nutcracker Orchestra]

Narradora 4

Mientras que la hipertensión arterial tiene que ver con el metabolismo de la sal, la diabetes está relacionada con el del azúcar, cuya concentración en sangre se eleva de forma anormal después de las comidas. Esas altas concentraciones dañan los nervios y vasos sanguíneos, y el exceso de azúcar pasa de la sangre a la orina.

En la diabetes tipo 2, el principal factor de riesgo es la obesidad, pero también influyen otros factores, como el consumo excesivo de azúcar y grasas y la falta de ejercicio.

En general, los pacientes que padecen este tipo de diabetes consiguen reducir los síntomas de la enfermedad modificando su forma de vida, sobre todo haciendo ejercicio, consumiendo menos calorías y perdiendo peso.

Varios experimentos naturales ponen de relieve la relación existente entre la forma de vida y los síntomas de diabetes.

Unos científicos japoneses tuvieron la brillante idea de comparar, en un mismo gráfico, los altibajos del mercado japonés de valores (el índice Nikkei) con los síntomas de diabetes que mencionaban los pacientes nipones.

Aunque parezca increíble, resultó que las fluctuaciones del gráfico de síntomas de diabetes reflejaban con asombrosa fidelidad las observadas en el gráfico bursátil.

Parece ser que cuando el mercado de valores está en alza, la gente consume más, engorda y la diabetes representa un peligro para ella.

Otro experimento natural lo proporciona el sitio de París de 1870 a 1871, cuando los ejércitos alemanes rodearon la ciudad e impidieron el suministro de alimentos, por lo que los parisinos pasaron hambre; los médicos franceses observaron que durante el asedio muchos diabéticos dejaron de sufrir síntomas de la enfermedad.

Otro ejemplo son los judíos de Yemen, que después de dos años de vida espartana se zambulleron de golpe en las costumbres occidentales cuando en 1949 y 1950 el Estado de Israel los trasladó en avión al país. A su llegada a Israel, prácticamente ninguno sufría diabetes, pero tras dos décadas en medio de la bonanza de alimentos de su nuevo país, el 13% presentaba la enfermedad.

MÚSICA FADE OUT [Opus 71a No 3, Dance of the Sugarplum Fairy por Nutcracker Orchestra]

FX [Transición]

FX FADE IN [Ambiente hospital]

Track 4

«Dr. Algunas recomendaciones para su dieta. Se trata de tener un plan de alimentación saludable. Es muy importante hacer las cuatro comidas: desayuno, almuerzo, merienda y cena. En caso de que sienta hambre puede incluir una colación a media mañana y otra a media tarde. La combinación de los alimentos es fundamental.»

En el caso de que coma pasta es importante agregar verduras. Debe moderar el consumo de sal e incluir frutas y verduras en su dieta y si es posible le recomiendo que coma pescado al menos una vez por semana».

FX FADE OUT [Ambiente hospital]

MÚSICA FADE IN [From Russia With Love por Count Basie]

Narradora 5

Ejemplos similares de otras partes del mundo ponen asimismo de manifiesto la relación entre la forma de vida occidental y las enfermedades no transmisibles.

Algunos de ellos se refieren a países que en los últimos tiempos han adoptado cada vez más la forma de vida occidental.

Por ejemplo, los países árabes productores de petróleo de Oriente Próximo eran pobres, sus habitantes llevaban una vida tradicional y casi no sufrían de diabetes. Hoy en día entre el 15 y el 25% de la población de los productores de petróleo padece de diabetes. Otro conjunto de ejemplos nace de la experiencia de los inmigrantes de sociedades tradicionales que llegan al mundo occidental. Cuando los chinos, los japoneses o los africanos emigran a Estados Unidos, Europa u otros países de la cultura occidental, en el plazo de una generación comienzan a sufrir diabetes u otras enfermedades no transmisibles.

Otro ejemplo es el que proporcionan las epidemias urbanas de las grandes ciudades del mundo en desarrollo. Cuando los africanos o los asiáticos del medio rural se trasladan a urbes como Lagos, en Nigeria y adoptan una forma de vida occidental, acaban sufriendo enfermedades no transmisibles.

MÚSICA FADE OUT [From Russia With Love por Count Basie]

FX FADE IN [Ambiente hospital]

Track 6

«Dr. Por último, es muy importante que Ud. comience a realizar actividad física. Empiece de a poco. Incorpore caminatas de al menos 30 minutos, al menos dos veces por semana. Está comprobado que el ejercicio es uno de los mejores tratamientos para las enfermedades no contagiosas».

FX FADE OUT [Ambiente hospital]

FX [Transición]

MÚSICA FADE IN [Thinking of baby por Elmer Bernstein]

Narradora 6

Todos estos experimentos naturales ponen de relieve que, de alguna manera, la adopción de la forma de vida occidental conduce a epidemias de enfermedades no transmisibles.

Pero esa forma de vida comporta muchos factores relacionados, de manera que, por sí solos, esos estudios no precisan qué rasgos concretos son los responsables de cada enfermedad no transmisible.

Cuando pensamos en la forma de vida occidental, la asociamos a una existencia mayormente sedentaria, sin mucho ejercicio, a una elevada ingesta de calorías por día. Al sobrepeso, al consumo de grandes cantidades de sal, azúcar, alcohol y tabaco, a una dieta que entre otros aspectos, no es tradicional, por ser baja en fibras.

FX [Transición]

Narradora 7

En “Sociedades comparadas” el autor explica qué puede averiguarse de las grandes cuestiones de las ciencias sociales mediante el método de experimentación natural.

El libro recoge varias de sus conferencias realizadas en Italia. Diamond realiza un repaso a muchos de los temas relevantes del momento como el por qué unos países son ricos y otros pobres, para qué son necesarias las instituciones que a veces tanto parecen molestarnos, cuál será y por qué el futuro de China, por qué hemos vivido varias crisis, por qué con tanto conocimiento seguimos cometiendo los mismos errores.

Un buen material para analizar cómo el conocimiento nos permite comprender el mundo, cómo la investigación científica e histórica tiene una directa aplicación en la comprensión del mismo, y sobre todo en nuestro posicionamiento en la época que nos toca vivir. Un pequeño libro sobre los grandes temas.

MÚSICA FADE OUT [Thinking of baby por Elmer Bernstein]

FX [Transición]

FX FADE IN [Ambiente hospital]

Track 7

«Dr. Si sigue cada una de estas indicaciones podemos garantizarle una vida normal. Si tiene alguna duda no deje de contactarme. Nos vemos en la próxima consulta».

FX FADE OUT [Ambiente hospital]

FX [Puerta que se cierra]

MÚSICA FADE IN [Look at That Old Grizzly Bear por Mark Mothersbaugh]

Narradora 8

Jared Diamond es catedrático de geografía en la Universidad de California en Los Ángeles. Comenzó su actividad científica en el campo de la fisiología evolutiva y la biogeografía.

Ha sido elegido como miembro de la Academia de Artes y Ciencias, de la Academia Nacional de Ciencias y de la Sociedad Filosófica de Estados Unidos.

Recibió el premio Burr de la Sociedad de Geografía Nacional y el Pulitzer de 1998 por su libro Armas, gérmenes y acero, entre otros galardones.

MÚSICA FADE OUT [Look at That Old Grizzly Bear por Mark Mothersbaugh]

ARTÍSTICA DE CIERRE

FX [Máquina de escribir Olivetti]

MÚSICA FADE IN [I Spy por Earle Hagen]

Locutora 3

Hoy leímos: “Sociedades comparadas”.

Un libro de Jared Diamond.

Publicado por Editorial Debate

FX [Máquina de escribir]

Locutora 4

¡Encontrálo en todas las librerías o buscá el ebook ahora mismo en megustaleer.com.ar!

Locutora 5

Recordá suscribirte a No ficción en tu app de podcasts favorita para escucharlo en tu teléfono o tablet.

Locutor 3

Una realización de Tristana Producciones para Penguin Random House Grupo Editorial.

MÚSICA FADE OUT [I Spy por Earle Hagen]

FX [Máquina de escribir Olivetti final]