



“Engordar o adelgazar, cuestión de genes, dieta y actividad física”

Nutrición, belleza y selección natural

Luis García Diz. Dpto. Nutrición y Bromatología I (Nutrición), Facultad de Farmacia, Universidad Complutense de Madrid. diz@ucm.es

En primer lugar, la conferencia aclara que las argumentaciones y ejemplos indicados en ella estarán apoyados en el conocimiento científico y no en intuiciones, falacias o magia.

PRESENTACIÓN

Los actores de esta representación serán la nutrición, la belleza y la selección natural y las interdependencias que existen entre ellos.

La nutrición será entendida como el elemento que aporta la energía, materiales de construcción y herramientas necesarias para la construcción y mantenimiento de la estructura corporal de cada individuo. Los heterótrofos como nosotros, hemos de obtener gran parte de ellas del exterior.

La misma existencia de la belleza objetiva será cuestionada inicialmente para establecerla como una realidad objetiva y cuantificable con la armonía de los sonidos, por analogía. Leibniz definió a la música como el placer que siente la mente humana cuando cuenta sin ser consciente de que está contando. Del mismo modo, podemos establecer que la belleza es el placer que siente la mente humana cuando mide sin ser consciente de que está midiendo. Establecida su existencia, se analiza el papel que juega en la evolución de nuestra especie, favoreciendo la reproducción de los más bellos. Cualidades de la divinidad son la inmortalidad y la capacidad de generar vida y la manzana de la discordia o elección de Paris, junto con el juicio de Danae, servirán de metáforas de cómo la divinidad, la belleza y la sexualidad han marcado nuestra historia.

La reproducción es la forma por la que los caracteres más apropiados para la especie tienden a incorporarse y mantenerse como parte de sus señas de identidad.

Con estos actores, ¿cómo observarían la vida sobre nuestro planeta unos hipotéticos seres inteligentes que llegaran de otro mundo? En primer lugar se ha de definir que es la vida y por ende, los elementos sujetos a evolución por variación y selección natural.

NUDO

La selección natural actúa sobre los fenotipos y estos son la expresión del genotipo que los planifica más los materiales que aporta el medio para su construcción. El aspecto final de lo construido (imagen corporal) es la base de la selección del individuo y por extensión, de la evolución de la especie. Simetría bilateral y proporcionalidad (número áureo) son los elementos que construyen la belleza que observamos en nuestro entorno. Simetría como indicador de funcionalidad eficiente y proporcionalidad como señal de potencialidades genéticas y adecuación del nicho ecológico en el que se desarrollan los individuos, subyacen en la sensación de integración que denominamos belleza.

El fallo en la simetría es consecuencia de accidentes y enfermedades, de mala adecuación al medio en el que se vive. Indicador de un acervo genético inadecuado o de un nicho ecológico peligroso. Mal candidato para maximizar la supervivencia de la prole.

La malnutrición, en toda su amplitud, altera las proporciones corporales y el aspecto exterior de los individuos eliminando su belleza. El distanciamiento de las proporciones correspondientes a un cuerpo bien nutrido que provocan las malnutriciones reduce las probabilidades de tener descendencia a quienes las padecen, así como que propagan las conductas inadecuadas que las provocaron.

Lo bello, simétrico y proporcionado, es un excelente indicador de bondad genética y alimentación equilibrada. Señala a los mejores candidatos con los que completar el material genético de la próxima generación.

DESENLACE

Si el aspecto exterior, la belleza del individuo, es un indicador integral del componente genético de su portador y de su adaptación al medio, los sujetos más bellos verán favorecida su reproducción y por tanto, maximizadas las posibilidades del mantenimiento del gusto por estas proporciones en las siguientes generaciones.

Veremos una síntesis de los prototipos de hombre y mujer de nuestra especie, a los que hemos llegado en base a esta presión selectiva y como las hormonas sexuales actúan en la génesis y recepción de la atracción. Finalmente, queda añadir la cultura de las nuevas tecnologías de la información y constatar como Internet puede incidir sobre esta belleza conseguida tras miles de años de selección natural.

EPILOGO

Pero como subproducto de la selección natural convivimos con algunos retales de evolución ineficiente, aquella que sucede tras la reproducción y sobre la que la selección natural no puede actuar. Entre estos subproductos se encuentra el reconocimiento a los abuelos, y por ende del uso de la información pasada en la educación actual y el gusto por la belleza independientemente de la pulsión reproductiva. La cultura aparece con una gran fuerza, coadyuvando, y finalmente sustituyendo, a la propia selección natural como el gran motor del cambio evolutivo, pero eso es otra historia ...