

ROSA M. TRISTAN

MADRID.- La posición que un individuo tiene dentro de la jerarquía social marca el nivel de estrés en el que vive y, por tanto, afecta directamente a su salud física y mental. Pero no en todas las poblaciones ocurre del mismo modo. Mientras en unas, el más estresado es el que ocupa una posición dominante, en otras sufren más tensión los subordinados. Al menos, así ocurre en una sociedad de babuinos.

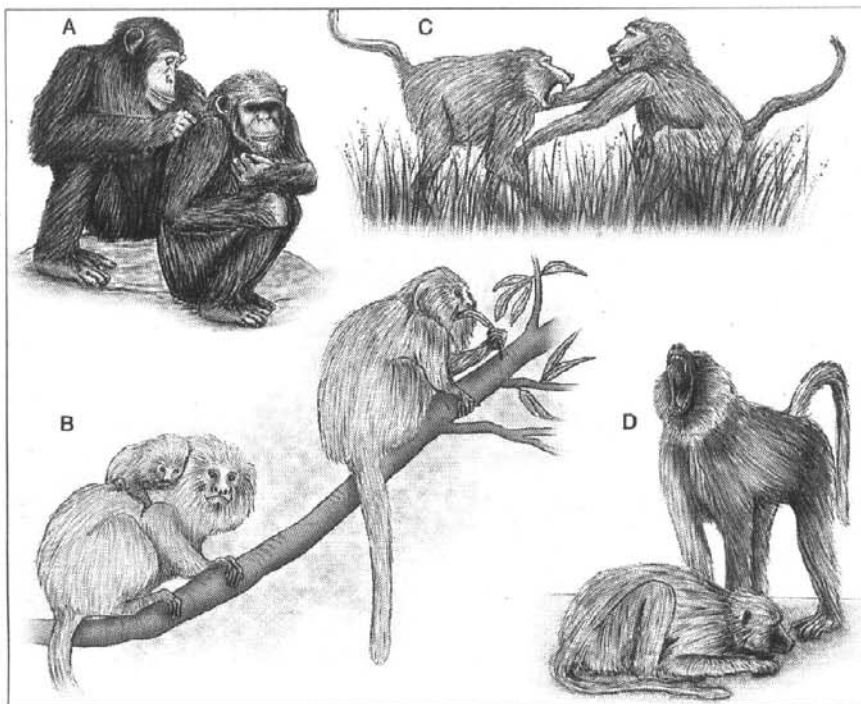
Y, ¿qué pasa si trasladamos esa situación a los seres humanos? Pues que en las clases sociales más bajas también hay más problemas de salud ocasionados, en gran medida, no por la atención sanitaria recibida, sino por el hecho de pertenecer a esa categoría. Esta es la conclusión a la que ha llegado el investigador Robert M. Sapolsky tras años de estudio. El resultado ha sido publicado en la revista *Science*.

Sapolsky, un enamorado de los primates, concluye su trabajo lamentándose de que una mente capaz de grandes avances tecnológicos haya mantenido tan robusta la asociación entre un empeoramiento de la salud y las diferencias en el estatus social.

Hace ya más de 30 años que un joven Sapolsky, neurólogo de la Universidad de Stanford (EEUU), decidió pasar varios meses cada año perdido en la sabana de Kenia estudiando a una manada de babuinos. Su objetivo, como relata en el libro *Memorias de un primate* (Mondadori) era estudiar las enfermedades relacionadas con el estrés y su influencia en el comportamiento. Corría el año 1978, y Sapolsky no tardó en conocer el rango jerárquico que ocupaba cada uno de los babuinos de su tribu, a los que bautizó con nombres del Antiguo Testamento. Del reinado omnipresente del macho

## El insano estrés de ser pobre

Una investigación con monos demuestra la conexión entre el estatus social, la enfermedad y el exceso de tensión



Ilustraciones de comportamientos de cooperación y agresividad entre primates. / SCIENCE

alfa Salomón a los años de inestabilidad protagonizados por Josué, Daniel o Benjamín.

Fruto de ese intenso y solitario trabajo, que le mantenía horas pegado a los prismáticos o analizando la sangre extraída a los primates (previo pinchazo 'a distancia' de anestesia), es la investigación realcionada con la organización social y su efecto en la salud.

Descubrió, por ejemplo, que una organización social despótica, en la que un macho alfa dirige

la manada, provoca más estrés entre sus subordinados que cuando el funcionamiento es más igualitario. Es más, esa tensión aumenta en mayor medida con la intimidación psicológica que con las agresiones. Y ocurre igual en ambos sexos: en el caso de las hembras de babuino, el hostigamiento de la hembra dominante llega a impedir que las demás ovulen, produciendo una especie de *anticoncepción social*, como la denomina Sapolsky.

También comprobó que cuando ese rango social es heredado y de por vida, como en las hembras de macaco de la India, los *dirigentes* tienen menos tensiones que si deben reafirmar su poder en competencia con otros, como les ocurre a los lemures anillados o las hienas.

Cuando la jerarquía es estable y los subordinados siempre son los mismos, son éstos quienes más estrés sufren debido al continuo hostigamiento físico y psicológico que reciben, a su carencia de control social y a la falta de apoyos, porque se suele desplazar la agresión sobre alguien de inferior rango. La única válvula de escape son, no obstante, las coaliciones con otros subordinados o un cambio de residencia para evitar a los dominantes. Por contra, en épocas de inestabilidad en el poder, son los dominantes quienes sufren más estrés.

Sapolsky comprobó que, además, los estresados de cada población tenían más riesgo de arteroesclerosis, entre otros muchos males: colesterol, enfermedades cardiovasculares, problemas neurológicos, fallos en el sistema inmune e incluso infertilidad manifiesta.

Aunque reconoce en su investigación que el ser humano no ocupa el mismo rango en todos los aspectos de su vida —puedes ser un peón en el tablero del trabajo y a la vez ser líder

de la pandilla— si que observa que ese esquema se repite en el mundo occidental: las desigualdades sociales predicen patrones de enfermedad y mortalidad. Al margen de la peor alimentación de los desfavorecidos o de su vida más insana, en la más baja clase social se producen, según defiende Sapolsky, «factores psicossociales generados por la mera sensación de que son pobres». En otras palabras: la pobreza es insana en todos sus aspectos.