



SALUT | | Actualitzat el 03/04/2019 a les 10:28

Potser fas això tan fastigós i has de saber que és saludable



Qui no té al cap la imatge d'un nen o una nena ficant-se els dits al nas i portant-se els mocs a la boca? Potser tu mateix/a ho feies quan eres petit/a. La veritat és que no és la imatge més agradable, de fet fa una mica de fàstic i tot...

Un científic es va proposar investigar si aquesta pràctica era dolenta per a la salut o no, i els resultats són sorprenents, ja que inclús convindria fomentar-ho! Scott Napper, catedràtic de Bioquímica de la Universitat de Saskatchewan (Canadà), suggereix que **el motiu pel qual els mocs tenen un gust agradable és per animar la gent a menjar-se'ls**: "Ens hem desenvolupat en condicions de molta brutícia i potser aquest desig de mantenir estèril el nostre entorn i la nostra higiene, no ens fa cap favor".

La dermatòloga Meg Lemon, especialitzada en al·lèrgies i trastorns autoimmunitaris, recolza aquesta hipòtesi. Diu que "no només ens hauríem de treure mocs del nas, sinó també menjar-nos-els". **El sistema immunitari necessita feina, "hem evolucionat durant milions d'anys amb el sistema immunitari sota amenaces contínues i ara no té res a fer"**. En resum, l'exposició als bacteris és bona pel sistema immunitari dels nens i nenes. I la reexposició als patògens que expulsen els mocs, és una bona manera de reforçar la immunitat.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=0hyPgviYPY0>

L'artista de moda **Sofia Ellar**, visita AdolescentsiCat al Saló de l'Ensenyament. Parlem amb ella sobre la seva carrera, li proposarem convertir-se en Lil Sofia després de comprovar que té un talent excepcional per cantar rap! I no s'escaprà de respondre les preguntes de l'interrogatori íntim!

