



---

ACTUALITAT | Redacció | Actualitzat el 18/12/2020 a les 12:55

# Així és el noi que fa 5 anys que no es dutxa

[inicentrareport]**Aquesta és la història d'en James Hambling, un professor de la Universitat de Yale que fa 5 anys que no es dutxa.** El seu experiment va començar promogut per la curiositat: sabia que històricament l'ésser humà no es banyava amb sabó i volia comprovar que li passava al cos en deixar de banda els productes higiènics.

"La majoria de la gent no va tenir accés a l'aigua corrent fins als últims 100 anys, només la reialesa podia gaudir d'aquest privilegi, les altres persones, anaven al riu i poc més", comenta l'expert en medicina preventiva a la BBC. **És per això que va decidir posar-se a investigar partint d'una premissa: pot l'home modern viure sense dutxar-se?**

En l'entrevista detalla que el seu procés va ser gradual, va començar a utilitzar menys gel i menys xampú, després va banyar-se amb menys freqüència i al final va allargar els lapsus de temps entre dutxa i dutxa. **Recorda que al principi trobava a faltar aquesta pràctica, ja que sentia que feia pudor i tenia la pell grassa, però al final aquesta sensació li va acabar passant.**

[Ver esta publicación en Instagram](#)



---

Una publicación compartida de James Hamblin (@jameshamblin)

[Ver esta publicación en Instagram](#)



---

Una publicació compartida de James Hamblin (@jameshamblin)

La seva experiència es pot conèixer amb més detall al llibre titulat 'Clean: The new experience of skin', publicat fa poc. "L'olor dels cossos és producte dels bacteris que viuen a la nostra pell i s'alimenten de les secrecions olioses de la suor i les glàndules sebàcies que estan en la base dels nostres fol·lícules pilosos. **En aplicar sabons a la pell i cabells cada dia el que fem és alterar l'equilibri dels olis propis de la pell i bacteris que viuen en ella". Així que si prens la decisió de deixar-te de dutxar**, no faràs pudor, simplement no faràs olor de productes i desprendràs una olor pròpia, assegura aquest professor de Yale.[ficontrareport]