

Sendabelarrak, fedea ala ebidentzia?

Ba al duzu sendabelarren inguruko ezagutarik? Sinesmenak dira? Badago ikasketa arauturik? Sekuentzia honetan sendabelarren inguruko ezagutzaz arituko gara, Euskadi Irratiko *Taupaka* irratsaioko elkarrizketa baten bitartez.

Sekuentzia honetan, hau egin dezakezu:

- Sendabelarren inguruko informazioa lortu.
- Entzundakoari buruzko galdera irekiei erantzun.
- Adituaren diskurtsoaren modalizazioari erreparatu eta praktikan jarri.
- Iritzia emateko ahozko azalpen formala egin.



Pixabay

Entzun aurretik

1. Landareak ezagutzen?

Ariketa hau etxean egin dezakezu. Erreparatu irudiei; zer dira? Ezagutzen dituzu? Zer dute komun? Ondoren, erantzun galderei.



BAKARKA



Iodo-belarra



Eztul-belarra



Txikori-belarra



Intsusa



Pasma-belarra



Berbena-belarra



Asuna



Zaingorria



Plantina-belarra



Pareta-belarra



Azeri-buztana



Mihura

sendabelarrak.haziak.eus

- Zein harreman izan duzu zuk, edo zure ingurukoek, sendabelarrekin?
- Fidagarria iruditzen zaizu ezagutza tradizionala? Zergatik?
- Erabiltzen duzu? Zertan?



Ikasgelan, aurrerago emango duzu erantzunen berri.



BAKARKA

Ariketa hau etxean egin dezakezu. Aukeratu aurreko irudiko bi sendabelar, eta azaldu labur zertarako erabiltzen diren. Ez badakizu, bilatu informazioa.







Ikasgelan, aurrerago emango duzu horren berri.



TALDEAN

Ikasgelan, elkartu ikaskide batekin, eta eman elkarri aurreko ariketen berri.



Pixabay

- Zein harreman izan duzu zuk, edo zure ingurukoek, sendabelarrekin?
- Fidagarria iruditzen zaizu ezagutza tradizionala? Zergatik?
- Erabiltzen duzu? Zertan?
- Bi sendabelarren ezaugarriak.

Entzun bitartean

2. Zer kontatu digu Garbiñe Larreak?

Entzun Euskadi Irratiko *Taupaka* saioan Garbiñe Larrea naturopatari egindako elkarrizketa, eta erantzun galderei.



BAKARKA



Pixabay



Sendabelarren ezagutza



1. Nondik datorkio Garbiñe Larreari sendabelarren munduan sakontzeko eta ikasteko beharra?

2. Hamar urtez lan egin du naturopata gisa, zer ikasi du?

3. Zer esan nahi du hizlariak “fedetik ez” duela lan egiten esatean?

4. Nola definitzen du hizlariak jakintza tradizionalaren balioa?

5. Zein hutsune azpimarratzen du hizlariak sendabelarren arloan?

6. Zergatik dio hizlariak azken urteetan sendabelarren inguruan izandako arazoen jatorria ez dela tradizioa bera, baizik eta informazioaren zabalkunde-modua?

7. Zer-nolako jarrera sumatzen da hizlariaren diskurtsoan: erabateko aurkakotasuna, aldeko jarrera ala ikuspegi kritiko-neurtua?



Elkartu ikaskide batekin eta alderatu erantzunak. Erantzun zuzenak 7. orrialdean daude.

3. Diskurtsoari adi



TALDEAN

Entzun berriro Larrearen elkarrizketa. Elkartu hiruko taldeetan, aztertu arretaz entzundakoa, eta gogoeta egin, ondoko galderari erantzunda.

Nolakoa izan da naturopataren diskurtsoa?



Partekatu erantzunak talde handian, eta saiatu ondorioak adosten. Erantzun zuzenak 7. orrialdean daude.

Entzun ondoren



TALDEAN

4. Nola esan, zer adierazi

Elkartu ikaskide batekin; alderatu ondoko esaldiak entzungaiko diskurtsoarekin, eta erantzun galderei.

1. Sendabelarrak arriskutsuak dira.

2. Sendabelar batzuk arriskutsuak izan daitezke, testuinguruaren arabera.

a) Zein da sendoagoa?

b) Zein da egokiagoa testuinguru profesional batean?



TALDEAN

Jarraitu binaka, eta berridatzi esaldi hauek, adibidean bezala, zehaztasunak edo ñabardurak adierazita.

1. Sare sozialek informazio faltsua zabaltzen dute.

Sare sozialen bidez zabaltzen den informazioa ez dago beti egiaztatuta.

2. Jakintza tradizionala ez da fidagarria.

3. Medikuntza ofiziala da aukera bakarra.



Pixabay



TALDEAN

Orain, aukeratu zein esaldi den egokiena emandako testuinguruaren arabera, eta azaldu zergatik.

1. Aukeratu zein esaldi den egokiena testuinguru akademiko edo profesionalean.

- a) Sendabelarrek ez dute inolako oinarri zientifikorik.
- b) Sendabelar guztiek ez dute oinarri zientifiko sendoa.

Aztertu bi esaldiak eta aukeratu testuinguru formalari ondoen egokitzen

2. zaiona.

- a) Sare sozialek jendea nahasten dute.
- b) Sare sozialen bidez zabaltzen den informazioak nahasmena sor dezake.

Zein esaldik adierazten du iritzi kritikoa, baina errespetuzkoa?

- 3.** a) Medikuntza ofizialak huts egiten du askotan.
- b) Medikuntza ofizialak, zenbait kasutan, ez ditu behar guztiak asetzen.

Zein da egokiena diskurtso akademiko batean?

- 4.** a) Sendabelarrak erabili behar dira.
- b) Sendabelarrak erabil daitezke, betiere behar bezala informatuta, eta gainbegiratuta badaude.

Aukeratu balorazio egokiena ahozko azalpen formalerako.

- 5.** a) Jakintza tradizionala garrantzitsua da.
- b) Jakintza tradizionala garrantzitsua izan daiteke, batez ere transmisio kulturala kontuan hartzen bada.



Partekatu erantzunak talde handian, irakaslearen laguntzaz.
Erantzun zuzenak 8. orrialdean daude.



BAKARKA

5. Sendabelarrak, fedea ala ebidentzia?

Ariketa hau etxean egin dezakezu. Eta zuk, zer uste duzu sendabelarrez? Galdera horri erantzuteko ahozko azalpen formal laburra prestatuko duzu. Kontuan izan diskurtsoa egokitu beharko duzula testuinguruaren arabera, eta bi minutu inguru iraun behar duela.

GAIA: Sendabelarrak, fedea ala ebidentzia?

Azalpena testuinguru formalean egiteko prestatu behar duzu.



Pixabay



Kontuan hartu:

- Ez izan kategorikoa
- Kritikoa izan, baina orekatua
 - Neurtua izan
- Ebidentzian eta profesio-naltasunean oinarritu
- Zuhurra eta argia izan



Behar baduzu, hemen duzu gidoia aukeran!

1. SARRERA (20–30 segundo)

2. GARAPENA (1 minutu)

- 2.1. Jakintza tradizionalari buruz
- 2.2. Arriskuak eta mugak
- 2.3. Ebidentzia eta fedea

3. AMAIERA/ONDORIOA (20–30 segundo)



Bidali audioa irakasleari, zuzentzeko.

ERANTZUNAK

1. Landareak ezagutzen?

Sendabelarrak dira. Sendabelarrak sendagai gisa erabiltzen diren landareak dira, normalean gaixotasun, min edo ondoezen sintomak arintzeko erabiltzen direnak.

2. Zer kontatu digu Garbiñe Larreak?

1. Hiru bide aipatzen ditu: gaztetan gaixotu zen eta erantzunak behar zituen; amonari egindako galderek ez zutelako erantzunik; jendea berarengana aholku eske joaten zelako.
2. Jendearen bidez ikastea, jendeak nola erantzuten duen... gauzak frogatu egin behar direlako. Ebidentzia klinikoak lortu, jendeari erantzun ahal izateko.
3. Hizlariak adierazi nahi du sendabelarren erabilera ez duela sinesmen pertsonal edo tradizio hutsean oinarritzen, baizik eta ebidentzian, esperientzia kontrastatuan eta ezagutza enpirikoan.
4. Hizlariak balioa aitortzen dio jakintza tradizionalari, transmisio historikoaren eta kultur ondarearen parte delako, baina ez du bere horretan nahikotzat jotzen: egiaztatu, aztertu eta egokitu beharra azpimarratzen du.
5. Prestakuntza arautu eta ofizialik ez egotea; horrek arriskua sortzen du, edozerk balio duelako.
6. Larrearen ustez, arazo nagusia ez da sendabelarren erabilera tradizionala bera, baizik eta informazio okerra eta kontrolik gabe zabaltzea, bereziki sare sozialen bidez. Tradizionalki transmititutako erabilerek testuinguru zehatz bat zuten, eta ez zuten gaur egungo gehiegizko ausardia edo ezezagutza-maila handia. Gaur egun, jende askok sendabelarrak erabiltzen ditu albo-ondoriorik edo kontrakotasunik ez balute bezala, eta horrek arriskuak sortzen ditu. Gainera, azpimarratzen du sendabelarren eta botiken arteko elkarreragin asko ez direla ezagutzen, eta horregatik ezin direla iraganeko errezetak gaur egun % 100ean aplikatu.
7. Hizlariaren jarrera ikuspegi kritiko-neurtua da: ez du sendabelarren erabilera baztertzen, baina ez du idealizatzen ere, eta oreka bilatzen du tradizioaren eta zientziaren artean.

3. Diskurtsoari adi

Kritikoa baina errespetuzkoa, argigarria, neurtua eta ez kategorikoa, zuhurra, ebidentzian oinarritua, arduratsua...

4. Nola esan, zer adierazi

- a) 1. esaldia, azalpenik eman ezean, irmoagoa da formalki, adierazpen kategorikoa delako. Hala ere, sendotasun hori itxurazkoa da: ez du ñabardurarik, ez baldintzarik, ez frogarik. Ondorioa: gramatikalki sendoa, diskurtsiboki ahula.
- b) 2. esaldia da egokiena testuinguru profesional, akademiko edo zientifiko batean; izan ere, orokortzea saihesten du ("batzuk"), probabilitatea adierazten du ("izan daitezke") eta testuingurua kontuan hartzen du.

Berridatzi esaldiak

2. Jakintza tradizionalaren fidagarritasuna testuinguruaren eta erabileraren arabera izan daiteke.
3. Badirudi medikuntza tradizionalak duela oinarri sendoena, baina horrek ez du esan nahi beste aukera batzuk baztertu behar direnik.

Aukeratu esaldi egokiena

1. b) Ez du orokortzen, salbuespenak onartzen ditu (zuhurra eta sinesgarria da).
2. b) “sor dezake” → modalizazioa (ez da kategorikoa).
3. b) “zenbait kasutan” → murrizketa (kritikoa da, baina ez erasokorra).
4. b) Baldintzazko egitura du, erantzukizuna eta testuingurua azpimarratzen ditu (hizlariaren heldutasun diskurtsiboa).
5. b) “izan daiteke” → probabilitatea (ez kategorikoa). Arrazoitzen du (“batez ere...”).

HIZTEGI LAGUNGARRIA

Erantzuna petrala izaten zen. Erantzun txarra, funsgabea.

Enpirikoa izatea. Esperientzian oinarritua.

Lilura hori. Mirespen handia.

TRANSKRIPZIOA

Marian Beitialarrangoitia: Eta, hain zuzen ere, azken etapa horri begiratzen badiogu, hamar urteko aldi bat osatu duzula —ze, txikitan hasi bazinen, dezente gehiago esan beharko genuke—, baina, tira, ikuspegi horretatik behintzat, zure beharretatik abiatu, besteen aholku-eskariak (aholku-eskariei) erantzun. Azkenean, nolabait ere, jendea trebatzeko ardura bat ere hartu duzu...

Garbiñe Larrea: Bueno, hasteko, neuk izan nuen behar handi bat, gaixotu egin nintzelako gazterik, ez nuen erantzunik aurkitzen, eta iruditzen zitzaidan zerbait ikasi beharra nuela, ez? Eta hor konturatu nintzen, ba, bueno, nire amona alfabetatu gabea zen, eta galderak egiten nizkionean —“Hau zergatik da horrela?”, “zergatik dira zazpi belar hauek?-eta”—, ez zegoen erantzunik; bueno, erantzuna petrala izaten zen. Eta, gero, erantzun horiek estudiatzeko aukera izan nuenean, jendea hasten zitzaidan aholku eske, eta niri horrek beti kriston (kristoren) ardura, sekulako ardura eman izan dit. Orduan ikusten nuen formatzen jarraitu beharra nuela, besteentzat lan egin behar banuen. Eta hamaika urtean egin dut naturopata gisa lan, kontsultan, kolegiatuta; une honetan, ez. Asko ikasi dut jendearen bidez; hau da: liburuetan edozer gauza jar dezakezu sendabelarrei buruz, sare sozialetan ere edozer gauza sinestu (sinis) dezakezu, baina gero hori probatu (frogatu) egin behar da. Eta probatze hori ikusten da pertsonaren erantzunean, ikusten da bere analitikan, askotan. Orduan, ba, guk ebidentzia kliniko asko pilatu dugu esateko: “landare hau bai, hau ez”, “hau honekin, ez”, “hau botika honekin, ez”. Orduan, jendea zeren bila etortzen da? Erantzun baten bila etortzen da.

Beitialarrangoitia: Baina fedetik abiatzen da?; hau da, badago fede bat sendabelarretan?; badago, akaso, gure aurrekoek, alfabetatuta izan edo ez, jakintza handia zutelako, egin duten transmisioaren ondoriozko zerbait? Edo zer? Zeri erantzuten dio?

Larrea: Bai, bai. Egon badago. Denetik dago: badago fedea, eta justu fedearen kontrako jarrera ere bai. Nik beti esaten dut fedea kristauei uzten diedala, edo sinistunei (sinestunei). Nik fedetik ez dut lanik egiten, nire lana eta eskatzen diodana nire lanari da enpirikoa izatea. Orduan, askok badute, ba, lilura hori, aurrekoen zerbait dela... Egia da hau; Nazio Batuen Erakundeak esaten du jakintza immaterial bat dela, herri-ondare bat dela, eta transmisio bat egin beharko genukeela ez galtzeko, ez? Gizakia denaren beharrean dago, osasun-mailan. Era guztietako erantzunak beharko ditugu, ez? Orduan, bueno, niretzat ikustea nondik hurbiltzen den jendea, askotan, bere behar pertsonal batetik; beste batzuetan, bada berreskuratzeko gogo bat, etxean galdu den zerbait berriz norberak ikasi nahi duena. Ez dago esaterik pertsona jakin bat etortzen denik. Nik aniztasuna ikusten dut, eta, gainera, esango dizut pozik nagoela aniztasun hori badagoelako.

Beitialarrangoitia: Ikasketak araututa daude? Badago, nolabait ere, neurri batean ikasketa arautzerik?

Larrea: Ez, ez. Eta hau, bueno, borrokan ari gara. Izan dadila arautua, faborez! Hau da, hemen arautua dagoena botanika da. Eta, gero, medikuntza barruan oso gutxi dago, ba, fitoterapiako jakintza, ez? Botanika barruan ere fitoterapiarik ez da ikasten. Orduan, guk ikasi dugun hau guztia alegala da...

Beitialarrangoitia: Izango litzateke modu bat osasungintzan bere tokia izan dezan?

Larrea: Bai, noski. Eta hainbat herrialdetan egin da; Alemanian, adibidez, Heilpraktiker izeneko figura dago. Guk aldarrikatzen duguna Lanbide Heziketa moduko ikasketa bat da, eta, bueno, izan daitezela, ba, belar-dendako teknikari izateko, farmazian aholkulari izateko... Produktua sortzeko formakuntzarik ez da, eta dagoen formakuntza... niretzat egoera arriskutsu honetan, edozerk balio du, eta arautu gabe izate horretan, ba, bueno, zuk topatu dezakezu formakuntza, gai beraren inguruan, hiru hilabetekoa edo hiru urtekoa, eta biek dute titulu bera.

Beitialarrangoitia: Garai batean, ikasketarik ez zegoen, baina naturaren eta belarren-eta ezagutza handia izaten zen, gure aitona-amonen garaian behintzat, asko erabiltzen zen, jakinda zertan ari ziren. Gaur, alderantzizko bidea egin beharko genuke gehienok, seguruenera.

Larrea: Bai, bai, hori da. Nik esaten dut hemen Google asmatu ondoren hasi zirela istripuak gertatzen, ez? Hau da, etxean ikusi duzun hori egin duzunean, ez duzu istripurik izan, baina informazio okerra eta difusio... bueno, niretzat, zabalkundean izan diren akatsik handienak azken urteetan sare sozialek ekarri dituzte: jendea ausartegi ari da ezezagutza-maila handi batekin, liluratik begiratzuz landareari; hau da, albo-ondoriorik ez balu bezala, kontrakotasunik ez balu bezala. Ez dit balio: "Gure aitona-amonen belaunaldiak ez zuen guk adina botika hartzen, ezta suplementu (gehigarri) halakorik ere". Eta zer elkarreragin dauden sendabelarrekin guk ez dakigu. Orduan, bueno mesedez, ez ditzagun orduko % 100ean ere errezetak (errezetei) jarraitu, ez delako, seguru asko, egokia.