

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Paesi bassi uomini alti. Ecco perché gli olandesi sono i più alti del mondo

Redazione VareseNews · Sunday, January 31st, 2021

**Perché gli olandesi sono i più alti del mondo?** Come i **fattori ambientali** possono risultare più determinanti di quelli **genetici**. Conta di più l'ambiente in cui si cresce oppure il patrimonio genetico? Il caso dell'altezza degli olandesi ci aiuta a capire quanto possano essere rilevanti, nel bene e nel male, i **fattori esperienziali**. (foto Foto di Mabel Amber da Pixabay )

Immaginiamo **un seme che rotola** su un pendio fortemente inclinato. Può perdersi in un vallone roccioso oppure, se ha la fortuna di essere raccolto da un pò di muschio o da un piccolo lembo di terra in contropendenza, può generare un albero con la schiena dritta verso il cielo. Per cercare sostegno e alimento svilupperà radici ancora più forti, profonde e articolate di quanto forse non avrebbe avuto neanche in pianura.

Allo stesso modo, alle persone che crescono in un ambiente difficile, può capitare di perdersi. Ma se resistono, sviluppano muscoli, capacità di adattamento e attitudini ancora più forti. Avete notato le persone con la **schiena dritta**? Io penso allo zio Emilio e a sua sorella, mia mamma, nati in tempo di guerra, allontanati da **Milano** e dai genitori per gran parte della loro infanzia per proteggerli. Oppure pensate alla schiena dritta di **Amanda Gorman, la poetessa che ha portato il sole della speranza e di Prada sul palco dell'inaugurazione di Joe Biden**. Cresciuta da una madre single nei quartieri popolari di Los Angeles, con una sindrome uditiva che ne ha compromesso la pronuncia, ora simbolo di un'America che vuole unirsi, e assunta come top model da esibire al **Superbowl**. <https://www.theguardian.com/us-news/2021/jan/27/amanda-gorman-img-models-youth-poet-laureate>

Il caso del **cambiamento di altezza degli olandesi** ci aiuta a capire quanto e come i **fattori ambientali** possano esprimere fattori genetici pre-esistenti con impatti sorprendenti. Quando si parla di altezza, gli uomini olandesi e le donne lettoni dominano tutte le altre nazionalità, rivela uno studio.

Il documento, "Un secolo di trend nell'altezza umana adulta", è stato messo insieme dalla **NCD Risk Factor Collaboration**, un gruppo di circa 800 scienziati, in associazione con l'**Organizzazione mondiale della sanità**. La ricerca, pubblicata sulla rivista eLife, ha monitorato **le tendenze di crescita in 187 paesi dal 1914**. Alcune delle variazioni di altezza in tutto il mondo possono essere spiegate dalla genetica, ma gli autori dello studio affermano che il nostro DNA non può essere il fattore dominante. **Majid Ezzati**, il capo degli scienziati ha dichiarato: "Circa un terzo della spiegazione potrebbe essere dovuto ai **geni**, ma questo non spiega il cambiamento nel

tempo. I geni non cambiano così velocemente e non variano molto in tutto il mondo. Quindi i cambiamenti nel tempo e le variazioni nel mondo, a livello dell'intera popolazione, sono in gran parte **ambientali**. Mentre a livello individuale, contano chiaramente i geni”.

**Buoni standard di assistenza sanitaria, igiene e nutrizione sono stati i fattori chiave**, ha affermato. Altrettanto importante è la salute e l'alimentazione della madre durante la gravidanza. <https://elifesciences.org/articles/13410>

## **TERRA DI GIGANTI. “È TROPPO VELOCE PERCHÉ SIA SOLO UN EFFETTO GENETICO”**

Non per ironia della sorte, i **Paesi Bassi sono quindi la nazione più alta della Terra**: l'altezza media di un uomo olandese è di **182,5 cm**; una donna olandese **168,7 cm**. In confronto, le loro controparti americane misurano rispettivamente 177,1 cm e 163,5 cm. Non è stato sempre così. Una revisione dei documenti militari olandesi per uno studio pubblicato dalla **Royal Society of London** ha rilevato che a metà del **1800, gli uomini nei Paesi Bassi erano in realtà tra le persone più basse d'Europa**.

**“Nel 1860, i militari olandesi erano alti circa 165 cm”** ha detto la professoressa Louise **Barrett** dell'**Università di Lethbridge**, in **Canada**, che faceva parte dello studio. “A quel tempo gli uomini negli Stati Uniti erano circa 5 cm più alti”. Questo, ha aggiunto Barrett, rendeva gli americani le persone più alte del mondo all'epoca. Da allora, tuttavia, c'è stata una notevole inversione di ruolo: in soli 160 anni, gli uomini olandesi sono aumentati di 20 cm, superando i loro omologhi americani, cresciuti di soli 6 cm.

I fattori ambientali hanno fatto impennare gli olandesi: il sistema sanitario leader mondiale, i **bassi livelli di disuguaglianza di reddito** e l'eccellente sistema di assistenza sociale sono le spiegazioni del loro sorpasso sugli americani. “In Olanda tutto è orientato alla produzione di bambini di alta qualità che poi non soffrono di alcun tipo di cose che riducono l'altezza” ha detto Barrett. “Ogni volta che devi innescare una risposta immunitaria, ti costa energia, che altrimenti avresti messo in crescita”.

Poi c'è la **dieta olandese**: le persone nei Paesi Bassi hanno un **vorace appetito per i latticini** e gli studi suggeriscono che questo ha contribuito alla loro maggiore altezza. “Il calcio costruisce l'osso e la crescita dipende dall'avere una buona scorta di quello”.



Foto di djedj da Pixabay

**L'amore olandese per i latticini è il risultato della geografia artificiale del paese.** Costruito su paludi prima ambite solo dagli uccelli marini, i Paesi Bassi hanno combattuto la marea per secoli, delimitando l'oceano con mulini a vento che pompano acqua e sistemi di canalizzazione e dighe. E sulla terra bonificata, hanno costruito una nazione che ha continuato a governare le stesse onde che ha sconfitto. Un detto popolare riassume immodestamente questo risultato. "Dio ha creato il mondo, ma gli olandesi hanno creato i Paesi Bassi".

**La terra fangosa bonificata era troppo acida per la coltivazione di ortaggi o cereali.** Ma era molto buona per l'erba. Sui terreni bonificati, l'industria lattiero-casearia del paese è esplosa e ha fatto impennare il consumo di latte. Infatti, gli olandesi rimangono tra i maggiori consumatori di latte al mondo.

Qual è l'equivalente di un ambiente che favorisce la crescita e lo sviluppo in ambito lavorativo e sociale? La "**schiena dritta**" può diventare una rigidità che ostacola e a volte si spezza. **Servono strutture organizzative chiare e flessibili;** alti livelli di fiducia reciproca e senso di responsabilità a tutti i livelli; rispetto e focus sul raggiungimento di risultati, sia di business che di sviluppo delle persone e della comunità; trasparenza, comunicazione aperta, rispetto dei principi di governo, che tutelano tutti i portatori di interessi, generazioni future comprese; opportunità di apprendimento continuo, inclusive ed eque. Questi sono gli ingredienti sistemici che possono generare le risposte alle sfide del mondo contemporaneo.

"Una predisposizione genetica è quello che dice la parola, una predisposizione, non è un destino scolpito nella pietra. Si può scegliere nella vita.", **Lorraine Bracco.**

This entry was posted on Sunday, January 31st, 2021 at 12:41 pm and is filed under [Salute](#)

---

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.