

Por als herbolaris

per PERE ESTUPINYÀ

Ja és el tercer cop que m'ofereixen pastilles per a l'erecció. No, no és que em facin falta... (ehem). El que passa és que, havent escrit un llibre de ciència i sexe, algunes empreses em parlen dels seus productes, m'imagino que per veure si m'agraden i en faig certa publicitat. No ho veig necessàriament problemàtic, i al final la setmana passada en vaig provar unes. Però el resultat em va deixar molt pensatiu.

Les primeres pastilles que em van oferir ja fa un any i mig es deien Naturagra, i eren molt –però que molt– especials. Fixeu-vos si ho eren que segons la seva web es tractava d'un complement alimentari compost per productes naturals que –atenció– «no lleva ningú compuesto químico en su composición». Impressionant! No? Deuen ser «pastillas de vacío».

De fet, a la secció «preguntes freqüents» de la web aclareixen que es pot prendre sense recepta mèdica perquè «no té components que afecten l'organisme». Un poc contradictori quan després diu que fa la mateixa funció que la Viagra o la Cialis... Això sí, sense cap contraindicació pel fet de tractar-se d'un producte 100% natural.

Això últim és el que més em va sobtar. Jo no negaré d'entrada l'eficàcia de les pastilles. Sobretot perquè, al cap i a la fi, això de les ereccions depèn en gran mesura del sistema cardiovascular i, efectivament, hi ha moltes substàncies naturals que poden ser vasodilatadores i facilitar la potència sexual. Res en contra pel que fa a aquest plantejament, que fins i tot té suport científic.

Però aquesta idea que pel fet de ser natural no té contradiccions... això ja no ho tinc tan clar. El cafè també és un producte natural, i si tens la pressió alta, segurament el metge et recomanarà moderació.

De fet, seguint l'argument plantejat, imaginem que una empresa prepari unes pastilles «para la atención» a base d'extracte de cafè, i que tinguin l'equivalent en cafeïna de deu tasses. Possiblement sí que funcionarien per a l'atenció, però, per molt naturals que fossin, massa saludables no deuriem ser i, sens dubte, tindrien efectes secundaris. Alguna cosa semblant podria ocórrer amb un producte per a l'erecció que funcionés a força d'alterar el sistema cardiovascular: per molt que fos un extracte de productes naturals, si s'haguessin passat, podria fins i tot ser perillós. Vaig demanar a la representant de Naturagra si tenien algun estudi –per petit que fos– que expliqués quins ingredients

porta i que assegurés que no té efectes adversos, però no em van respondre. Mmmm... sospitos. Vosaltres us fiaríeu abans de la Viagra o de Naturagra? De fet... no us faria por prendre Naturagra?

Jo sí que en vaig tenir la setmana passada quan Michelle, una amiga de la meua companya *sex-writer* Twanna Hines, em va oferir a Washington DC les Ajax Max; un «*non-prescription all-natural male sexual enhancer*» per al qual ella estava fent de comercial.

El primer que vaig fer va ser mirar la composició. El sobret d'Ajax Max deia que tenia yohimbine, ginko, L-argenina, ginseng, maca i altres substàncies, algunes de les quals sí que estava demostrat que podien augmentar la libido i la resposta sexual. Però em continuava preocupant el tema de la dosi. Sobretot perquè,

«Això de les ereccions depèn en gran mesura del sistema cardiovascular i, efectivament, hi ha moltes substàncies naturals que poden ser vasodilatadores i facilitar la potència sexual»

molt més honestos que els ensarronadors de Naturagra, en el sobre d'Ajax Max sí que posava «Atenció: consulta el metge si tens pressió alta o problemes cardiovasculars.» Vaig preguntar a Michelle si havien fet estudis per analitzar-ne la seguretat, i em va dir obertament que no, que era absolutament natural, i que confiaven en un senyor de l'illa de Grenada que feia anys que ho preparava amb èxit.

No dic que no, però quan vaig arribar a casa, disposat a prendre'm les tres pastilles del sobret a veure si notava algun efecte especial, em va passar una cosa curiosa: em va fer por. I si em donava un *yuyu*? De fet, pensant el que dèiem abans sobre les dosis, com sabia jo que aquelles tres pastilles a més de dilatar els vasos del meu penis no en dilatarien massa alguns altres? Al cap i a la fi, la Viagra actua sobre senyals relacionats amb l'òxid de nitrogen, de manera molt més localitzada a la zona genital. Per a mi, de veritat, que la Viagra sigui sintètica i l'Ajax Max un extracte de plantes no és una dada que em doni tranquil·litat res-



Il·lustració:
MOISÉS MAHIQUES

pecte a eficàcia i seguretat. La Viagra ha passat mil controls, hi ha moltes més evidències que funciona, i estan ben acotats els casos on és problemàtica. Jo què sé de l'Ajax Max i del maleït Naturagra!

De fet, aquesta és la reflexió que us volia transmetre: Si tinguéssiu problemes d'erecció, us fiaríeu més de la Viagra o de l'Ajax Max? I per extensió, no us fa certa por prendre a saber què de ca l'herbolari? Natural no és sinònim d'innocu ni d'eficaç, i a mi, veient la falta d'escrúpols i els interessos comercials que hi ha també darrere la indústria dels productes naturals, me n'ha agafat una mica.

Sense anar més lluny, a l'octubre de 2013 el *NYT* publicava un gran reportatge a partir d'un estudi científic (<http://www.biomedcentral.com/1741-7015/11/222/abstract>) on els investigadors van agafar 44 mostres a l'atzar de productes naturals de 12 companyies diferents, i fent *DNA barcoding* van veure que una gran quantitat dels components analitzats només eren pols d'arròs

«Recordo un estudi molt graciós on havien analitzat la composició d'una gran quantitat de productes naturals per a l'erecció, i van veure que gairebé un 20 % tenien restes de sildenafil, el principi actiu de la Viagra»

sense cap resta de la substància que hi anunciaven. El missatge de l'article era la poca regulació que tenen els productes naturals.

De fet, recordo un altre estudi molt graciós, que vaig veure el 2012 al Congrés Internacional de Medicina Sexual a Chicago, quan hi vaig anar per documentar-me per al meu llibre *S = EX²*: a l'estudi havien analitzat la composició d'una gran quantitat de productes naturals per a l'erecció, i van veure que gairebé un 20 % tenien restes de sildenafil, el principi actiu de la Viagra. És a dir que funcionaven perquè estaven adulterats.

Al final, certament em va agafar por i em vaig prendre una pastilla d'Ajax Max en lloc de tres. No vaig notar cap diferència. «Ja, però tu no tens problemes d'erecció», em deia Michelle. «Clar, clar...» responia jo fent-me el fanfarró. ☺

Pere Estupinyà. Escriptor i divulgador científic (Nova York).