

ΣΧΟΛΙΑ, ΑΝΑΛΥΣΕΙΣ, ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ, ΠΑΡΟΙΚΙΑ, ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Γράφει και επιμελείται ο Γιώργος Χατζηβασίλης



Η ΖΩΗ ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ 63 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΗΝ ΑΥΣΤΡΑΛΙΑ

# Η μακροζωία των Ελλήνων μεταναστών θέμα επιστημονικών ερευνών για τα αίτια

**Ο** Δρ Χρήστος Ν. Φίφης, επίτιμος ερευνητής στη Σχολή Ανθρωπιστικών Σπουδών και Κοινωνικών Επιστημών του Πανεπιστημίου La Trobe, έχει γράψει ότι από το τέλος της δεκαετίας του 1980 η δραστική και μαχητική ελληνική παροικία των προηγούμενων δεκαετιών άρχισε να γίνεται πιο εύπορη, πιο συντηρητική και εφυσαστική.

Ο αριθμός των μελών της παροικίας πρέπει να είναι περίπου εκείνος που στην απογραφή του 2016 δήλωσαν ελληνική καταγωγή και περιλαμβάνει όλες τις γενιές, γύρω στα 421.000 άτομα.

Όμως, αξίζει να συνεχίσω το θέμα της μακροζωίας των ελλήνων μεταναστών στην Αυστραλία επειδή είναι πολύ ενδιαφέρον και μάς αφορά όλους.

Ο διασημότερος γιατρός της Αυστραλίας, ειδικός σε θέματα υγιεινής διατροφής και επί τέσσερις δεκαετίες ιατρικός συντάκτης, Norman Swan, εξήγησε πριν από λίγες ημέρες σε τηλεοπτική του εμφάνιση το «γιατί».

Οι ειδικοί άρχισαν να εστιάζουν το ενδιαφέρον τους στους έλληνες μετανάστες της Αυστραλίας από τη δεκαετία του '80, όταν τα επίσημα στοιχεία θνησιμότητας κατέδειξαν ότι κατείχαν τη δεύτερη θέση μακροζωίας στον κόσμο μετά τους Ιάπωνες της Χαβάης. Οι έρευνες συνεχίστηκαν τα επόμενα χρόνια και το 2011 τα ευρήματα επιβεβαιώθηκαν ξανά: οι Ελληνοαυστραλοί πρώτης γενιάς συνεχίζουν να κατέχουν ένα από τα μεγαλύτερα προσδόκιμα ζωής στον κόσμο, γεγονός που εν πολλοίς συνδέεται με το ότι προσβάλλονται κατά 35% λιγότερο από καρδιαγγειακές νόσους και καρκίνο σε σχέση με τους υπόλοιπους κατοίκους της Αυστραλίας. Το εντυπωσιακό είναι πως η συγκεκριμένη πληθυσμιακή ομάδα παρουσιάζει χαμηλότερη θνησιμότητα και από τους Έλληνες που ζουν στην Ελλάδα. Παρά τις εικασίες, τα στοιχεία που είχαν οι επιστήμονες στη διάθεσή τους δεν ήταν αρκετά για να εξηγήσουν το φαινόμενο, το οποίο έφτασε να αποκαλείται ως το «παράδοξο των ελλήνων μεταναστών».

Ο Norman Swan εξήγησε γιατί οι Ελληνοαυστραλοί πεθαίνουν σε μεγαλύτερη ηλικία από ό,τι οι περισσότεροι άνθρωποι στον κόσμο.

Σύμφωνα με τον ίδιο, η μεσογειακή διατροφή διαδραματίζει κομβικό ρόλο, χωρίς όμως να συνιστά από μόνη της το κλειδί της μακροζωίας.

«Ξεκίνησα να γράφω ένα βιβλίο για όσους

**Οι ειδικοί άρχισαν να εστιάζουν το ενδιαφέρον τους στους έλληνες μετανάστες της Αυστραλίας από τη δεκαετία του '80, όταν τα επίσημα στοιχεία θνησιμότητας κατέδειξαν ότι κατείχαν τη δεύτερη θέση μακροζωίας στον κόσμο μετά τους Ιάπωνες της Χαβάης.**



Αυστραλία: Η πύλη της Ελληνικής Διασποράς

γεννήθηκαν από τα τέλη της δεκαετίας του '80 και μετά, καθώς έχουν πολλά ερωτήματα για την υγεία τους και ενδιαφέρονται πολύ για τη διατροφή», ανέφερε επιστημονώντας πως στον σύγχρονο κόσμο υπάρχει πολύ άγχος για τα διατροφικά στοιχεία, τις βιταμίνες και τα συμπληρώματα που θα πρέπει να συμπεριλάβουμε στη διαίτη μας, ενώ «για τους Ελληνοαυστραλούς, οι οποίοι έχουν το δεύτερο υψηλότερο προσδόκιμο ζωής στον κόσμο, όλα αυτά είναι ένα πακέτο πραγμάτων. Έχουν τον δικό τους βοτανόκηπο και λαχανόκηπο, μαγειρεύουν με φρέσκα υλικά, κι αυτό είναι πολύ σημαντικό για τη διατήρηση της υγείας τους», εξήγησε. «Ετσι, ασκούνται στον καθαρό αέρα, διαχειρίζονται το καθημερινό άγχος και αποκτούν μια δημιουργική ενασχόληση που αποτελεί πηγή καθημερινών στόχων και ικανοποίησης.»

Στο μεταξύ, στη δεκαετία των '80 περισσότεροι Αυστραλοί άρχισαν να συνειδητοποιούν ότι το φυσικό περιβάλλον άρχισε να υποφέρει κάτω από το βάρος της συνεχιζόμενης βιομηχανοποίησης και καταναλωτισμού. Τα επίπεδα μόλυνσης του αέρα ήταν υψηλά και δεκάδες χρόνια απόψιλωσης των δασών είχαν συνέπεια τη διάβρωση του εδάφους και την αλμυρότητά του.

Για να αντιμετωπιστούν τα προβλήματα άρχισαν εκστρατείες όπως τις μαζικές δεντροφυτείες και την Clean Up Australia Day.

Στη δεκαετία των '80 εγκαταστάθηκαν μετανάστες από όλο τον κόσμο και το 1988 ο αριθμός τους έφτασε τις 254.000 αφίξεις στην Αυστραλία με τις μεταρρυθμίσεις της δεκαετίας των '70 που έβαλαν τα

θεμέλια για τον πολυπολιτισμό. Δηλαδή, η αυστραλιανή κοινωνία αγκάλιασε τις διαφορετικές κουλτούρες, τις γλώσσες τους, τις θρησκείες και παραδόσεις τους, προσφέροντάς τους ίσα δικαιώματα με την κατάρνηση της αφομοίωσης. Η οποία είχε στόχο της να απαρνηθούν τον πολιτισμό και τις γλώσσες τους.

Εξάλλου, το κίνημα Aboriginal Land Rights που άρχισε στις δεκαετίες των '60 και '70 σημειώνει στη δεκαετία των '80 νίκες στον αγώνα για τα δικαιώματα επί της γης τους.

Το 1981 οι Αυτόχθονες στη Νότια Αυστραλία κερδίζουν την ιδιοκτησία για το 10% της γης σ' αυτή την Πολιτεία και το δικαίωμα να απαιτούν αποζημίωση από τις εταιρείες εξόρυξης στη γη τους. Την Νότια Αυστραλία ακολούθησαν η Νέα Νότια Ουαλία και το Κουίςλαντ.

Στην πολιτική, ο Λίμπεραλ Μάλκολμ Φρέιζερ υπηρέτησε ως πρωθυπουργός μέχρι το 1983, όταν πητήθηκε από τον χαρισματικό Εργατικό, Μπομπ Χόουκ, έναν πρώην συνδικαλιστή ηγέτη. Ο Μπομπ Χόουκ παρέμεινε πρωθυπουργός μέχρι το 1991, όταν ανέλαβε τα ηνία της διακυβέρνησης ο Θησαυροφύλακός του, Πολ Κίτινγκ.

Στο διεθνές σκηνικό, το 1989 άρχισε το τέλος του ψυχρού πολέμου ανάμεσα στη Δύση και την Σοβιετική Ένωση όταν γκρεμίστηκε το τείχος του Βερολίνου που είχε κτιστεί το 1961 και είχε μήκος 155 χιλιόμετρα. Συνέπεια ήταν να αρχίσει ο εκδημοκρατισμός των χωρών στην Ανατολική Ευρώπη συμπεριλαμβανομένης και της πρώην Σοβιετικής Ένωσης.

Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ  
ΤΗΝ ΠΡΟΣΕΧΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ