

## La alimentación sana determinó quién sería el primero en llegar al Polo Sur



*En la carrera de exploración de los polos terrestres, los conocimientos sobre una adecuada alimentación fueron una de las causas que otorgaron ventaja a Roald Amundsen sobre sus competidores.*

El conocimiento de los alimentos que evitan el escorbuto tuvo un importante papel en la saga de la exploración de los polos, entre fines del siglo XIX y las primeras décadas del XX. A pesar de que varios expedicionarios lo habían intentado, los polos terrestres permanecían como una de las pocas áreas geográficas inexploradas de la Tierra. Los expedicionarios de la época, capaces de increíbles sacrificios con tal de tener el honor de ser los primeros, aún no habían podido lograr esas hazañas. Finalmente, en 1911, fue el noruego Roald Amundsen el primero en pisar el Polo Sur, en una carrera con el inglés Scott que terminó en tragedia para este último y sus 4 compañeros.

En el otro extremo del planeta, tanto Frederick Cook (1908) como Robert Peary (1909) afirmaron haber llegado o avistado el Polo Norte, pero investigaciones posteriores demostraron que ambos reclamos eran falsos. Nuevamente, el mérito de ser el primero en avistar el Polo Norte, desde un dirigible, correspondió a Roald Amundsen, en 1926.

Este ex estudiante de medicina participó de la pequeña expedición del Bélgica (1897-1899), cuyos integrantes pasaron un año en el congelado mar de Bellingshausen, al oeste de la península antártica. Otros exploradores (principalmente Scott y Shackleton) avanzaron en el reconocimiento del continente blanco, y en 1910 tanto Scott como Amundsen se lanzaron a la conquista final del Polo Sur. Amundsen no sólo programó mejor su expedición, sino que demostró sus conocimientos en la selección de alimentos para evitar el temido escorbuto. La ausencia de estas previsiones fue una de las causas que llevaron finalmente a la muerte a Scott, quien pisó el Polo

Sur en enero de 1912 sólo para comprobar que ya ondeaba en él la bandera noruega de Amundsen, quien había llegado un mes antes.

El explorador noruego obtuvo información acerca de métodos de supervivencia con los esquimales netsilik, durante una expedición que realizó entre 1903 y 1906 para investigar las características del polo norte magnético. Si bien no poseía formación antropológica, se acercó a ellos con humildad, en el convencimiento de que tenía mucho que aprender. Además, aplicó los métodos de alimentación de los vikingos: en sus expediciones llevaba importantes reservas de variedades de frambuesas desecadas, ricas en vitaminas B y C, y limones. La dieta incluía, además, carne fresca y médula ósea.

Si bien el escorbuto se conocía desde varios siglos atrás, y se sabía de alimentos que podían evitar su aparición, estos datos no eran muy tomados en cuenta por el almirantazgo británico. Así, la expedición enviada al Polo Norte por la corona británica en 1875 finalizó en un desastre por causa del escorbuto. En 1878, los integrantes de un comité parlamentario inglés sobre el tema, formado por tres almirantes y dos médicos, no se pusieron de acuerdo sobre la capacidad de la lima para prevenir esta enfermedad, y recién en 1912 sir Gowland Hopkins describió los "factores alimentarios accesorios", que posteriormente se llamarían vitaminas.

La alimentación incompleta, a la que se veían expuestos estos exploradores en sus largas travesías, no sólo producía escorbuto: Peary, quien había reclamado ser el primero en el Polo Norte, continuó con sus exploraciones y finalmente murió de anemia perniciosa.