



VERIFICAT

Verificat és una plataforma de 'fact-checking' sense ànim de lucre a Catalunya. Ens dediquem a verificar el discurs polític i el contingut que circula a les xarxes i a l'educació per al consum crític de la informació.

Des de sempre, la Lluna ha estat protagonista de diversos mites i llegendes: nombrosos webs han parlat de com pot influenciar en el cicle menstrual, el creixement del cabell o fins i tot la quantitat de naixements. Actualment, no existeixen dades que confirmen la relació entre el nombre de parts i el cicle lunar. «No hi ha proves sòlides que la biologia humana estigui de cap manera regulada pel cicle lunar», segons una revisió que analitza la resposta del cos humà al cicle lunar. Les dades de naixements de l'Institut d'Estadística de Catalunya dels últims sis anys tampoc demostren aquesta relació.

Fa temps que diferents estudis i professionals han analitzat la relació entre parts i cicle lunar. Una revisió del 1988 que va analitzar 21 articles publicats durant un període de 50 anys ja afirmava que no existien «proves suficients per recolzar la noció que hi ha una relació entre la periodicitat lunar i el naixement». És a dir, es tracta d'un mite que ha anat passant de generació en generació, però no hi ha hagut mai evidència científica que la relació esmentada existís realment. En una altra revisió del 2019 que analitzava els naixements durant un període de 120 anys (del 1810 al 1929) en un entorn rural, es va arribar a les mateixes conclusions: els investigadors apuntaven que «els nostres resultats no mostren cap patró consistent en la distribució dels naixements pel que fa a les fases lunars». L'efecte de la llum de la lluna plena en els éssers vius s'ha estudiat àmpliament.

Com apunta un estudi que va analitzar un total de 564.039 naixements durant cinc anys, «no hi havia cap influència previsible del cicle lunar en els parts o les complicacions. Com era d'esperar, aquest mite generalitzat no es basa en l'evidència».

Altres recerques s'han centrat en analitzar quina és la percepció del personal de salut respecte al nombre de parts i el cicle lunar. Es tracta d'una creença bastant estesa entre professionals: alguns d'ells «continuen creient que el nombre d'ingressos hospitalaris o de naixements humans és més gran durant la lluna plena que en altres moments», com apunta un article que analitzava els biaixos cognitius que poden explicar la tendència a percebre un efecte lunar on no n'hi ha. Rosa Cabedo, llevadora i assessora de la vocalia de llevadores del Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Barcelona (COIB), explica a Verificat que «és veritat que tota la vida s'ha sentit [aquest ru-

mor] entre professionals», però té clar que «científicament no està demostrat».

Elisa Llurba, cap del Servei de Ginecologia i Obstetrícia de l'Hospital Sant Pau, coincideix amb Cabedo: «És veritat que entre les persones que atenem els parts, sempre ha existit aquesta idea que els dies de lluna plena es produeixen més trencaments de bossa [pas previ al part]. [...] Però, realment, els articles científics que han avaluat això de forma objectiva, amb dades, no han trobat diferències significatives amb la resta de dies del mes», explica a Verificat.

Aquesta relació entre parts i els dies de lluna plena tampoc es

compleix segons les dades de naixements que recull l'Institut d'Estadística de Catalunya. Hem analitzat el nombre de parts que hi ha hagut cada dia a Catalunya des del 2014 al 2020 i els dies de lluna plena –aproximadament 12

L'anàlisi de les dades oficials de naixements a Catalunya tampoc recolza la creença popular

a l'any – que detalla el calendari meteorològic anual de l'AEMET. La conclusió que podem extreure d'aquesta mostra a nivell català és que els dies de lluna plena no coincideixen amb els dies en què s'han produït més parts en la majoria de casos. Per exemple, el 10 de gener del 2020 hi havia lluna plena i va ser el dia amb més naixements d'aquell mes, no obstant això, el mes d'octubre, el dia de lluna plena, 31, hi va haver 129 parts i el dia amb més naixements va ser el 14, amb 212.

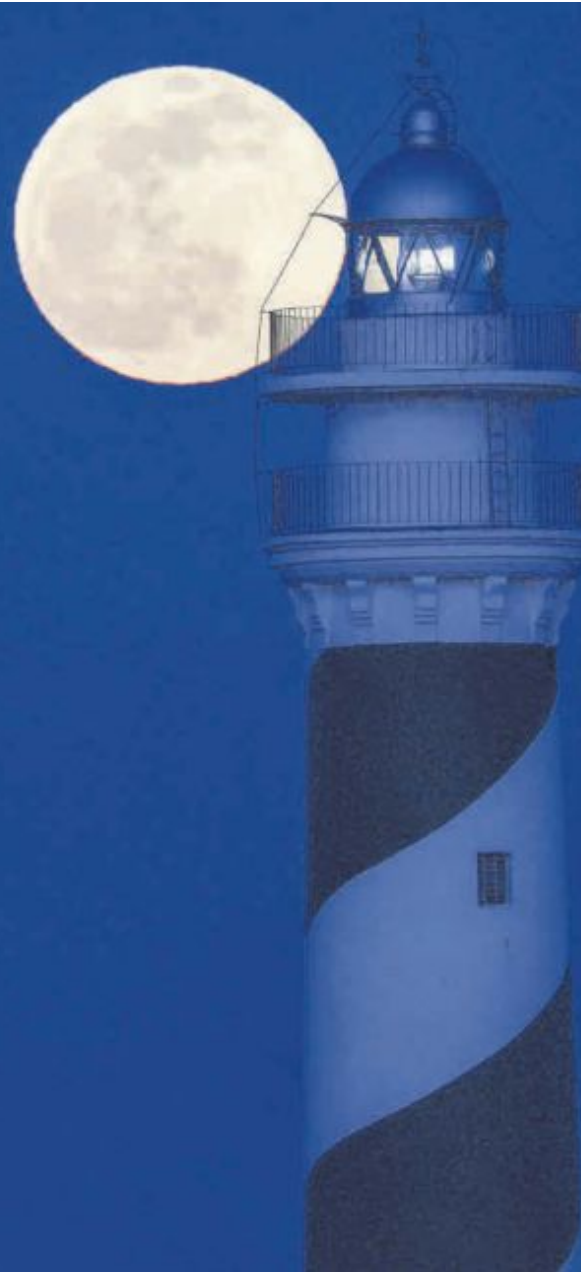
L'ORIGEN D'AQUESTA CREENÇA

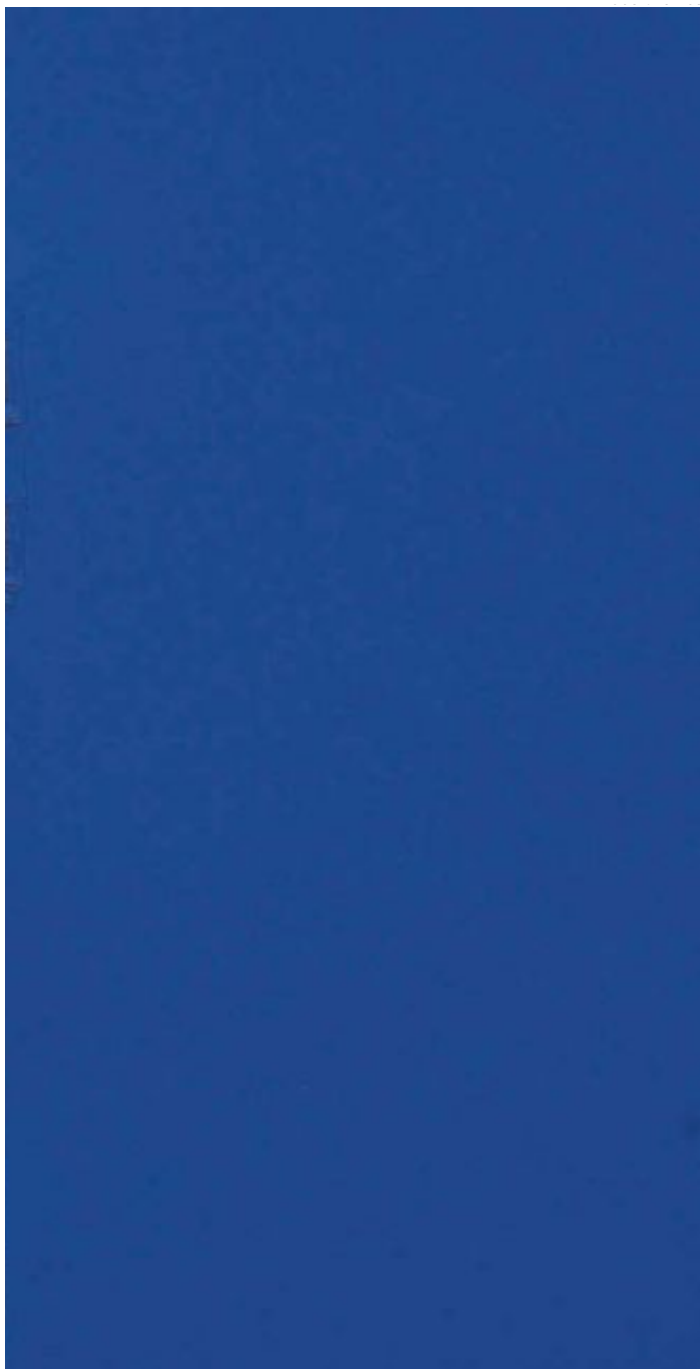
La lluna passa per 8 fases diferents, com explica l'Administra-

Fact-check

La lluna plena i els parts, ¿mite o realitat?

La idea que es produeixen més naixements quan hi ha lluna plena s'ha transmès de generació en generació, fins a esdevenir un mite. No obstant, els nombrosos estudis que han abordat aquest assumpte no han trobat cap evidència científica que ho sostingui.





ció Nacional d'Aeronàutica i l'Espai (NASA, per les sigles en anglès), al llarg d'aproximadament 27 dies. No produeix la seva pròpia llum, sinó que és la llum solar la que es reflecteix a la seva superfície, i els canvis en el cicle depenen de la posició d'aquesta respecte a la Terra i el Sol. Aquesta durada determinada ha fet que sempre s'hagin intentat buscar paral·lelismes amb altres cicles de durada semblant.

Els estudis en animals han revelat que el cicle lunar pot influir, per exemple, en la reproducció d'alguns peixos i implica l'eix hipotàlem-hipòfisi-gonadal (via de senyalització hormonal amb un paper important en

la modulació i desenvolupament del sistema immunitari]; en els ocells, les variacions diàries de melatonina i corticosterona desapareixen durant els dies de lluna plena.

També s'ha estudiat la possible vinculació entre la Lluna i les marees, com explica aquest article. D'aquí s'ha extret una possible relació amb el part, donat que l'embrió es desenvolupa en el líquid amniòtic (líquid principalment constituït d'aigua que envolta l'embrió i el fetus durant el desenvolupament i té diverses funcions). No obstant, aquesta relació que s'estableix ja va ser desmentida en l'estudi que acabem de mencionar. Com explica

Jordi Solbes, físic i professor de la Universitat de València, a Verificat, sovint «s'oblida que la influència de les marees depèn directament de la mida de l'objecte i inversament del cub de la distància a la Lluna. Per això les marees són perceptibles als oceans, com veiem a les costes cantàbriques o gallegues, inapreciable a la Mediterrània i inexistents, a tots els efectes pràctics i mesurables, en fetus o plantes».

La idea que la Lluna pot influir en els parts i en la menstruació té a veure amb la durada d'aquest cicle. Segons una revisió historicoantropològica centrada precisament en la influència de la Lluna en la biologia reproductiva de la dona, sovint la cultura popular ha relacionat el cicle menstrual de la dona amb el cicle lunar, ja que el temps que triga la Lluna a fer una volta al voltant de la Terra i completar el seu cicle de fases és de 27 dies aproximadament (segons la NASA), és a dir, un mes. «Justament aquest període aproximat de 28 dies ha estat sovint relacionat amb la menstruació femenina», com apunta l'article mencionat.

LA LLUNA, EL SON I ELS SUÍCIDIS

S'ha demostrat que la Lluna no afecta el nombre de parts, però a part d'aquesta se li han atribuït altres influències. També s'ha estudiat si la Lluna podria afectar el son, però de moment sembla que no s'ha establert aquest vincle. Un article que analitzava aquesta relació va trobar que de 0 a 4 dies al voltant de la Lluna plena hi havia «una qualitat del son (...) inferior, un son (...) menys profund i (...) i nivells de melatonina més baixos», en comparació amb les altres fases lunars. L'estudi, però, comptava amb la participació de 17 voluntaris joves i sans i 16 voluntaris grans i sans. Es tracta d'una mostra poc representativa respecte a la població mundial, com vam explicar prèviament a Verificat. Un altre article que també analitzava aquesta relació va trobar que l'efecte era més gran en dones, però, com explica un article de *The Guardian*, «l'estudi és molt interessant, però, tal com afirmen els mateixos autors, no poden establir la causalitat». La Fundació del Son dels EUA explica al seu web que «la investigació sobre el potencial de les fases de la Lluna per afectar els humans és menys clara: la majoria dels estudis són petits amb troballes una mica inconsistents».

L'efecte davant dels suïcidis també ha estat un tema de debat

en la comunitat científica. Un article de *Nature* que analitzava la relació entre lluna plena i taxa de suïcidis a Finlàndia va trobar que hi havia «una diferència de gènere estadística significativament segons les fases lunars (...) durant l'hivern». Explica també que això pot relacionar-se amb la depressió estacional hivernal (més probable en dones) i, per tant, en aquesta estació poden tenir un risc més gran de suïcidar-se que els homes. L'article, però, acaba conclouent que «és poc probable que (...) la Lluna per se sigui l'única raó de l'augment dels suïcidis». Altres articles com aquest apunten que «no hi havia evidència d'una relació entre el suïcidis i la fase lunar», aquest, que ho va relacionar amb la presència d'emergències psiquiàtriques, o aquest, que analitzava la taxa de suïcidis.

Antoni Bulbena, catedràtic i cap del Departament de Psiquiatria i Medicina Legal de la Universitat Autònoma de Barcelona, i fundador de l'Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions (INAD) de l'Hospital del Mar de Barcelona, exemplifica com una relació temporal no sempre implica causalitat. «Hi ha estudis que diuen que quan hi ha lluna plena els animals cacen més, (...) perquè, és clar, hi ha més llum i això facilita la cosa», explica a Verificat. Sobre la relació entre el suïcidis i la lluna plena, explica que «les troballes són poc consistentes i no es pot dir que hi hagi relació (...) Des del punt de vista neurobiològic, la llum no ens fa efecte».

Coincideix amb ell Gemma Parramon Puig, presidenta de la Societat Catalana de Psiquiatria i cap de Secció d'Interconsulta i Psiquiatria d'Enllaç a l'Hospital de la Vall d'Hebron, que explica a Verificat que, segons el pla de prevenció del suïcidis de Catalunya, «no hi ha evidència científica al respecte, tot i que hi ha algunes referències anecdòtiques. En relació amb factors ambientals, hi ha més pes en les altes temperatures (onades de calor)».

Si trobes a les xarxes continguts dels quals dubtes, o que creus que desinformen, comunica't amb nosaltres. L'equip de Verificat pot treballar-hi i donar-te la resposta que busques.

