

Londres

Un estudi indica que viure en parella protegeix contra l'Alzheimer

Actualitzat a les 11:46 h 03/07/2009

Viure en parella protegeix de l'Alzheimer. Aquesta és la principal conclusió d'un estudi que ha publicat el "British Medical Journal". I és que el risc de tenir aquest trastorn o algun tipus de demència durant la vellesa es duplica entre les persones que viuen soles als 50 anys i es triplica entre els divorciats o vidus. Els investigadors atribueixen aquests resultats a la falta d'un company que ofereixi una protecció mental extra.

 mida del text
  imprimir notícia
  enviar a un amic
  Comparteix

Viure sol als 50 anys duplica el risc de tenir Alzheimer o algun tipus de demència durant la tercera edat. Així ho diu **un estudi publicat pel "British Medical Journal"** que ha fet un equip de científics suecs. A més, si a això s'hi suma que la persona estigui divorciada o vídua, les possibilitats de tenir aquest tipus de malalties es triplica.

L'equip de científics del Karolinska Institutet d'Estocolm va estudiar **la salut neuronal** d'un grup d'individus **als 50 anys** i els va tornar a examinar **al cap de dues dècades**. A l'hora de fer-ho va separar en diferents grups segons l'estat civil les persones que hi van col·laborar. D'aquesta manera va comprovar **que l'evolució dels vidus o separats era pitjor**, ja que tenien símptomes de la demència més sovint.

"**Viure en parella** implica reptes socials i cognitius que tenen un **efecte protector en el cervell**", han assenyalat els investigadors, que expliquen que aquest descobriment té unes implicacions molt importants pel que fa a les teràpies de suport a aquests col·lectius especialment vulnerables.

Factors de risc

Prèviament, altres estudis han assenyalat que entre els factors que augmenten el risc de tenir alguna demència, cosa que inclou la síndrome d'Alzheimer, hi ha la **manca d'exercici físic**, una **dieta poc saludable**, l'**absència d'estimulació intel·lectual** o l'**aïllament social**.

Segons els experts, algunes de les **mesures per prevenir** aquesta malaltia passen per seguir una **dieta mediterrània**, **controlar els nivells de colesterol**, i mantenir una **vida activa**, tant socialment com mentalment.

COMENTARIS - (0)

Dóna'ns la teva opinió

Nom d'usuari Correu electrònic


Introdueix el número de la imatge

* És un codi per evitar enviaments automàtics

Ja estàs registrat?

[Clica aquí](#)

Avis:

Tots els comentaris passen per un procés de moderació, per això poden trigar uns minuts a aparèixer publicats.

Aquests comentaris són l'opinió dels usuaris i no la d'aquest portal.

No s'admeten comentaris insultants, ni racistes, ni contraris a les lleis vigents.

No es publicaran comentaris que no estiguin relacionats amb la notícia.

No es publicaran els comentaris que incompleixin les **condicions d'ús** que asseguren una participació de qualitat i respectuosa.

Recomanacions pels comentaris:

Els comentaris han de ser educats i no poden caure en el mal gust.

Aconsellem fer servir una ortografia correcta, amb punts i comes perquè l'opinió sigui més entenedora.

Recomanem escriure amb un ús adequat de majúscules i minúscules.

Un comentari tot en majúscules dóna la sensació d'estar cridant.

Un comentari tot en minúscules es pot malinterpretar o no entendre's correctament si conté noms propis o topònims.



L'estudi conclou que tenir un company ofereix una protecció mental extra.
(Foto: Reuters)

publicitat

amb tota l'energia del món

gasNatural UNION FENOSA