

12 comentaris imprimir enviar votar

3/7/2009 09:20 H PUBLICAT AL 'BRITISH MEDICAL JOURNAL'

Un estudi adverteix que viure sol als 50 anys duplica el risc de patir Alzheimer

- Les possibilitats d'emmalaltir es tripliquen si l'afectat es divorcia o enviuda
- El Karolinska Institute ha estudiat 2.000 persones durant 21 anys

EFE
LONDRES

Elegida voluntàriament per uns i soferta amb pena per altres, la vida en solitari als 50 anys duplica el risc de patir demència en la vellesa, segons un estudi publicat avui al *British Medical Journal (BMJ)*.

A més, si a això s'hi suma que un està divorciat o ha enviudat, les possibilitats de patir aquest tipus de malaltia, que inclou la síndrome d'Alzheimer, es triplica, circumstància que els investigadors atribueixen a la falta d'un company que ofereixi una protecció extra a nivell mental.

Aquesta és la principal conclusió a què ha arribat un equip de científics del Karolinska Institute d'Estocolm (Suècia) liderat per Miia Kivipelto, que ha estudiat l'evolució de 2.000 individus de mitjana edat durant els últims 21 anys.

80 milions d'afectats el 2040

A mesura que l'esperança de vida segueix en augment en la pràctica totalitat del planeta, la demència està adquirint més rellevància en els programes de salut pública i va afectar --segons les dades dels investigadors-- gairebé 25 milions de persones el 2005.

El 2040 es calcula que 81,1 milions de persones patiran aquesta malaltia, que per regla general afecta persones més grans de 65 anys i que té com a símptoma principal la pèrdua progressiva de la memòria.

Per demostrar la relació entre la demència i l'entorn que envolta el subjecte, l'equip de científics suecs va dividir els individus en quatre grups segons el seu estat civil: solters, casats o parelles de fet, divorciats i viudus.

La protecció de viure en parella

Així, després d'estudiar la salut neuronal d'aquests individus als 50 anys, se'ls va tornar a examinar dues dècades després per veure la seva evolució i comprovar com als viudus i separats els afectaven més els símptomes de la demència.

"Viure en parella implica reptes socials i cognitius que tenen un efecte protector en el cervell", assenyalen els investigadors, que expliquen que aquest descobriment té unes implicacions molt importants pel que fa al desenvolupament de teràpies de suport a aquest col·lectiu especialment vulnerable.

Bona dieta i vida activa

A més de la soledat, diversos estudis previs han assenyalat altres factors que augmenten el risc de patir demència, com la falta d'exercici, 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 la dieta mediterrània, controlar els nivells de colesterol periòdicament i mantenir una vida activa, tant socialment com mentalment.

12 comentaris imprimir enviar votar

Gabinet de Psiquiatria

Depressió, Fòbies, Trastorns, TOC, Psiquiatria
Psicologia a Barcelona

Empleo En Ayuntamientos

Jornada Intensiva Mejora Económica ¿Te
Interesa? Hazte Funcionario BCN

PARTICIPACIÓ

- Compartir

- ¿Què són aquests serveis?

EINES

Sigues el primer a conèixer aquesta notícia amb l'aplicació **ÚLTIMA HORA**

Rep EL PERIÓDICO al teu correu amb el Butlletí de titulars.

Rep les **alertes per sms** al teu mòbil.

Comentaris a la notícia
12 COMENTARIS
Últims comentaris
Escriure un comentari
Veure tots els comentaris
#12



FOTOGALERIA: ATENES MOSTRA ELS SEUS TRESORS



Grècia presenta el nou museu de cultura situat a la falda de l'Acropolis, amb peces del segle V abans de Crist.



BLOCS DEL MÓN

Les fonts del Nil

El president d'Uganda rebutja una petició de l'oposició que li impediria sortir reelegit

tiempo

ACTUALIDAD

Gays casados: la vida después de la boda

Políticos a todo tren (Los cargos públicos más viajeros)

ETA opta por la línea dura tras la derrota electoral

Entrevista a Francisco Caamaño

Blogs de Actualidad de Tiempo

'Tuppersex' para hombres

Lydia Bosch, perjudicada en lo que reclama a su marido

El 'duro' oficio de ser concursante

Intimidades de Paco 'el Pocero'

Entrevista a Bibiana Aído

Los agujeros negros del PSOE

Los extraños cobros del tesorero del PP

Arreglado pero informal. Cómo vestir en la oficina en verano

Los confidenciales



PARTICIPA

Fotos i vídeos

Compartiu les vostres millors imatges amb els lectors i entreu en el sorteig d'una bici de muntanya

RECOMANEM



CRÓNICA EUROPEA

Des de Bèlgica



ARGENTINA

Bloc d'Abel Gilbert



MORIWASE

Bloc des del Japó



PER BCN

Bloc de Catalina Gayà



XINA

Bloc d'Adrián Foncillas



BLOCS DEL MÓN

Cooperació

LA PREGUNTA

¿Heu pres mesures contra l'onada de calor?

Sí

No

[veure'n més]

Vota i guanya un Mercedes Benz

Portada

Societat

Les més llegides

Ver Más Ofertas Aquí



Camiseta Escote Cruzado

Venca. Cómpralo ya en Venca.

13,29 €