

Długowieczność to paradoks

25 lutego 2018

Amerykańscy naukowcy przyznali, że byli zaskoczeni paradoksem odkrytej przez nich długowieczności – okazało się, że wielu ludzi, którzy dożywali do wieku 100 lat, wykazało tendencję do niezdrowych nawyków.

Okazało się, że wśród nich jest wielu palaczy, miłośników alkoholu i kawy, a także grubych ludzi – jednak ich mózgi pozostają młode przez długi czas.

Naukowcy wybrali 10 „superdługowiecznych” osób w wieku od 80 do 100 lat i monitorowali je przez 24 miesiące. Ponadto, wolontariusze przeszli procedury skanowania mózgu, poinformował Medportal.

W trakcie badań dokonano odkryć, które bardzo zaskoczyły gerontologów. Uważano, że zdrową długowieczność (bez oznak demencji) zawdzięcza się zwiększonej ekspresji genu APOE 22. Ale ta praca wykazała, że obserwowani długowieczni ludzie nie mieli takiej cechy genetycznej. Co więcej, w ich mózgach wykryto obecność kłębków białka tau, które powodują otępienie – jednak ci ludzie nie mieli żadnych widocznych objawów demencji i byli zaskakująco aktywni społecznie dla swojego wieku.

Kolejną niespodzianką było to, że większość badanych nie próbowała stosować się do zdrowego stylu życia. Na przykład 71% uczestników eksperymentu to palacze, 83% regularnie spożywa alkohol. Po przestudiowaniu specyfiki ich odżywiania naukowcy doszli do wniosku, że dieta nie jest związana z tym, że ludzie żyli tak długo.

Badacze uważają, że długowieczność, w której klarowność umysłu utrzymuje się w zaawansowanym wieku, przyczynia się do warunków życia i światopoglądu ludzi. Okazało się, że długowieczni ludzie mają bardziej pozytywny pogląd na życie

niż ich rówieśnicy.

Ponadto stale dbali o swoich bliskich i byli bardzo aktywni społecznie – chętnie i dużo pracowali, uczestniczyli w wydarzeniach publicznych. Według naukowców każda z obserwowanych osób może być nazywana ciekawą osobowością.

Komentując dane uzyskane w tym badaniu, profesor neurologii na Uniwersytecie Kalifornijskim, Claudia Casas, powiedziała, że odkrycie naukowców jest sprzeczne z wnioskami, które zostały poczynione w tej dziedzinie wcześniej.

„Ci ludzie są dla nas niezwykle inspirujący – piją wino, kawę, przybierają na wadze, ale są aktywni fizycznie i w pełni wykorzystują swój mózg. Wielu z nich lubi hamburgery i frytki, a jedyną rzeczą, która ich łączy, jest sen trwający nie mniej niż 8 godzin dziennie. Może to sekret długowieczności” – podsumowała Casas.

Źródło: pl.SputnikNews.com