

Όσοι βιάζονται γερνάνε πριν την ώρα τους

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι ανυπόμονοι άνθρωποι έχουν αυξημένη πιθανότητα να γεράσουν πρόωρα, σύμφωνα με μια νέα έρευνα επιστημόνων από τη Σιγκαπούρη και τις ΗΠΑ.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον δρα Σινγκ Ζανγκ του Εθνικού Πανεπιστημίου της Σιγκαπούρης, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό της Εθνικής Ακαδημίας Επιστημών των ΗΠΑ (PNAS), πειραματίστηκαν με 1.100 φοιτητές.

Αρχικά οι εθελοντές έπαιξαν ένα παιχνίδι, από το οποίο αποκαλύφθηκε ποιοί είναι ανυπόμονοι και ποιοί υπομονετικοί. Στη συνέχεια, οι ερευνητές πήραν δείγματα από όλους και μέτρησαν το μήκος των τελομερών. Τα τελομερή είναι οι περιοχές του DNA στις άκρες των χρωμοσωμάτων, οι οποίες το προστατεύουν (όπως οι πλαστικές άκρες στα κορδόνια των παπουτσιών). Όσο περνάνε τα χρόνια, τα τελομερή μικραίνουν, συνεπώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως δείκτης γήρανσης.

Η έρευνα αποκάλυψε για πρώτη φορά ότι οι πιο ανυπόμονοι είχαν και μικρότερα τελομερή στο σώμα τους. Αυτό δείχνει ότι, κατά κάποιο τρόπο, η ανυπομονησία είναι αποτυπωμένη στον οργανισμό και πιθανώς συσχετίζεται με μικρότερο προσδόκιμο ζωής.

Όπως είπαν οι ερευνητές, κατά καιρούς στο παρελθόν η ανυπομονησία έχει σχετισθεί με αυξημένο κίνδυνο για κατάχρηση ουσιών, ψυχικές διαραχαχές, δυσκολίες κοινωνικής προσαρμογής κ.α. Η νέα μελέτη προσθέτει και μια κατ'εξοχήν βιολογική διάσταση.

Ο Ζανγκ εκτίμησε πάντως πως «είναι απίθανο υγιείς (ανυπόμονοι) άνθρωποι 20 έως 30 ετών να μπορούν να “νιώσουν” ότι το μήκος των τελομερών τους είναι μειωμένο και έτσι να γίνονται πιο παρορμητικοί για να προλάβουν να ζήσουν όσο γίνεται περισσότερα πράγματα».

Προς το παρόν, οι επιστήμονες δεν γνωρίζουν αν η ανυπομονησία οδηγεί σε μικρότερα τελομερή ή, αντίστροφα, αν τα μικρότερα τελομερή οδηγούν σε ανυπομονησία. Οι ερευνητές σχεδιάζουν ένα δεύτερο πείραμα: να δουν αν ο διαλογισμός που μειώνει το άγχος και την ανυπομονησία, μπορεί να σταθεροποιήσει ή και να αυξήσει το μήκος των τελομερών στους ανυπόμονους ανθρώπους.

Μια προηγούμενη σουηδική έρευνα, από το ιατρικό Ινστιτούτο Καρολίνσκα του Πανεπιστημίου της Στοκχόλμης το 2014, είχε διαπιστώσει ότι η άσκηση και η ορθοστασία αυξάνουν το μήκος των τελομερών και, έτσι, πιθανώς επιβραδύνουν τη διαδικασία γήρανσης.

Αυτή τη στιγμή βρίσκονται σε εξέλιξη σε όλο τον κόσμο περίπου 200 κλινικές δοκιμές σε ανθρώπους, με στόχο να βρεθούν τρόποι «φρεναρίσματος» της γήρανσης, μεταξύ άλλων ενθαρρύνοντας τα τελομερή να μεγαλώσουν ξανά.

Πηγή: onmed.gr