

18 Ιανουαρίου 2023

## **Ποιο είναι το όφελος υγείας για τα παιδιά που εισπράττουν αγάπη από τους γονείς**

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα



Νεότερη μελέτη θέτει στο προσκήνιο έναν καθοριστικό παράγοντα που δεν κοστίζει τίποτα, ούτε αγοράζεται ή πωλείται και προσφέρει εκτός από ευεξία και αυτοπεποίθηση, καλή καρδιαγγειακή υγεία στη μετέπειτα ενήλικη ζωή των παιδιών



*Portrait of a mother with her son teenager. Tenderness, love, n*

Η δύναμη της αγάπης θα μπορούσε πραγματικά να προστατέψει την υγεία της καρδιάς των παιδιών. Τι εννοούμε ακριβώς; Σύμφωνα με νεότερη μελέτη όσοι έφηβοι διαβιούν σε ένα περιβάλλον υποστηρικτικό και αισιόδοξο, μεγαλώνοντας με αγάπη, εμφανίζουν και καλύτερη καρδιαγγειακή υγεία στις δεκαετίες των 20 και 30, σε σχέση με τα παιδιά που δεν είχαν αυτό το επίπεδο ψυχικής ευεξίας.

Συνολικά, οι αισιόδοξοι και χαρούμενοι έφηβοι είχαν περισσότερες πιθανότητες να διατηρήσουν υγιές βάρος, καθώς και φυσιολογικά επίπεδα αρτηριακής πίεσης, σακχάρου και χοληστερόλης.

Η πεποίθηση ότι ευζωία των παιδιών μπορεί να επηρεάσει την υγεία τους μέχρι την ενηλικίωση δεν είναι καινούργια. Προηγούμενες μελέτες έχουν αναδείξει ότι η παιδική παχυσαρκία, για παράδειγμα, συνδέεται με αυξημένους κινδύνους για διάφορες παθήσεις, όπως ο διαβήτης τύπου 2 και των καρδιακών παθήσεων, αργότερα στη ζωή.

Και, αντίθετα, οι ενήλικες που βίωσαν κακοποιητικές συμπεριφορές στην παιδική τους ηλικία διέτρεχαν αυξημένο κίνδυνο καρδιοπάθειας και άλλων ασθενειών.

Υπάρχουν όμως τελικά ψυχολογικά πλεονεκτήματα που θα μπορούσαν να συμβάλλουν στην προστασία της σωματικής υγείας των παιδιών μακροπρόθεσμα; Για να διερευνήσουν οι επιστήμονες αυτό το ερώτημα, εξέτασαν στοιχεία από μια εθνική μελέτη για την υγεία, στην οποία συμμετείχαν σχεδόν 3.500 μαθητές λυκείου των ΗΠΑ τη δεκαετία του 1990 και τους παρακολούθησε για περισσότερες από δύο δεκαετίες.

Αρχικά, οι μαθητές απάντησαν σε ερωτήσεις που αφορούσαν πέντε ψυχολογικά προτερήματα: ευτυχία, αισιοδοξία για το μέλλον, υψηλή αυτοεκτίμηση, αίσθημα κοινωνικής αποδοχής, αίσθημα αγάπης και επιθυμίας.

Δυστυχώς, περισσότερα από τα μισά παιδιά - το 55% - δεν είχαν κανένα ή μόνο ένα από αυτά τα θετικά συναισθήματα. Παρόλα αυτά, όταν διέθεταν τέσσερα ή πέντε από αυτά τα προτερήματα, είχαν περίπου 69% περισσότερες πιθανότητες να διατηρήσουν καλή καρδιαγγειακή υγεία μέχρι τα 30 τους, σε σύγκριση με τους συνομηλίκους τους. Αυτό όμως ίσχυε σε συνδυασμό και με άλλους παράγοντες, όπως το οικογενειακό εισόδημα, την εκπαίδευση των γονέων και το σωματικό βάρος των παιδιών, που συνυπολογίστηκαν.

Εν τέλει, διαπιστώθηκε από τη μελέτη που δημοσιεύτηκε στο Journal of the American Heart Association πως ένας μικρός αριθμός συμμετεχόντων διατήρησε καλή καρδιαγγειακή υγεία μέχρι τα τέλη της δεκαετίας των 30: μόλις το 12% συνολικά.

Όπως διευκρινίζει η επικεφαλής ερευνήτρια Farah Qureshi, επίκουρη καθηγήτρια στη Σχολή Δημόσιας Υγείας Bloomberg του Johns Hopkins στη Βαλτιμόρη, η εξήγηση κρύβεται στον τρόπο που τα παιδιά αισθάνονται για τον εαυτό τους και τη ζωή μπορεί να επηρεάσει τις συμπεριφορές τους ως προς την υγεία τους.

**Πηγή:** [ygeiamou.gr](http://ygeiamou.gr)