

Sentirse joven hace sanar y sobrellevar enfermedades



Foto: AARP

Tel Aviv, 27 jun (RHC) Un equipo de expertos comprobó que sentirse psicológicamente una persona de menor edad aumenta la posibilidad de sanar y sobrellevar una enfermedad hasta en las edades avanzadas, informó este lunes una fuente científica.

“Está demostrado que sentirse joven puede disminuir las posibilidades de desarrollar discapacidad física y morbilidad”, subraya un artículo publicado en la revista Gerontology.

La investigación fue liderada por expertos de la Universidad Bar-Ilan en Israel que siguieron a 194 pacientes en las edades comprendidas entre 73 a 84 años sometidos a rehabilitación por fracturas osteoporóticas o accidentes cerebrovasculares.

Ellos que no se sentían ancianos tenían una edad subjetiva más joven, y un mes después de dados de alta médica mostraron una mejor independencia funcional, al tiempo que se recuperaron satisfactoriamente debido a su optimismo sobre sus posibilidades de tener de vuelta sus capacidades.

El predictor más fuerte del éxito por encima de la edad cronológica y las múltiples condiciones de dolencias crónicas que ocurren simultáneamente, fue la edad subjetiva, concluyeron los científicos.

«Aquellos que se sienten más jóvenes pueden mantener su salud y funcionamiento durante períodos más largos y, como muestra el estudio, pueden recuperarse mejor de la discapacidad», aseguraron los investigadores.

Los científicos recomendaron construir desde el punto de vista psicológico una identidad juvenil, para ganar en calidad de vida y rehabilitación exitosa. (**Fuente:** [Prensa Latina](#)).

<https://www.radiohc.cu/noticias/salud/291893-sentirse-joven-hace-sanar-y-sobrellevar-enfermedades>



Radio Habana Cuba