

Γνωρίζατε ότι οι φίλοι χαρίζουν μακροζωία;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Όσο πιο τακτικά βλέπουμε τους φίλους μας από ό,τι τα συγγενικά μας πρόσωπα, τόσο περισσότερο χρόνο ζωής κερδίζουμε, σύμφωνα με μελέτη ομάδας ερευνητών από το πανεπιστήμιο McGill του Καναδά, οι οποίοι παρατήρησαν ότι υπάρχει άρρηκτη σχέση μεταξύ της κοινωνικότητας και της θνησιμότητας κάθε ατόμου.

Οι ειδικοί μελέτησαν πάνω από 100.000 άτομα παγκοσμίως και ανακάλυψαν ότι όσοι είχαν συχνές επαφές με φίλους και όχι με συγγενείς βελτίωσαν τη διάρκεια ζωής τους κατά 7%. Μάλιστα η έρευνα έδειξε ότι οι κοινωνικές επαφές ήταν αυτές που συνδέονταν με τη μακροζωία. Αντίθετα οι συγγενικές επαφές επιδείνωσαν τη θνησιμότητα.

Όπως λένε οι ερευνητές, όσο περισσότερο χρόνο περνά κάποιος με την οικογένειά του τόσο πιο πολύ μειώνει το προσδόκιμο ζωής του καθώς, δυστυχώς, οι συγγενείς έχουν τη δύναμη να προσθέτουν άγχος στη ζωή μας και όχι να αφαιρούν. Αυτό βέβαια όπως επισημαίνουν, δε σημαίνει ότι προτρέπουν το άτομο να αποφεύγει την οικογένειά του για να έχει μακροζωία, αντίθετα το προτρέπουν να αποκτήσει παράλληλα και κοινωνική ζωή.

Πηγή: ikypros.com