

Η μοναξιά πιο επικίνδυνη από την παχυσαρκία

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ο κίνδυνος για την υγεία είναι διπλάσιος για όσους υποφέρουν από μοναξιά συγκριτικά με εκείνους που είναι παχύσαρκοι.

Η έρευνα από την ομάδα επιστημόνων του Πανεπιστημίου του Σικάγου έδειξε ξεκάθαρα ότι εκείνοι που ένιωθαν τη μεγαλύτερη απομόνωση είχαν και κατά 15% περισσότερες πιθανότητες πρόωρου θανάτου συγκριτικά με όσους ένιωθαν ότι οι άλλοι τους χρειάζονταν και τους είχαν ανάγκη. Με αυτό το δεδομένο η μοναξιά αναδεικνύεται σε σοβαρότερο παράγοντα πρόωρου θανάτου συγκριτικά με την [παχυσαρκία](#).

Οι ερευνητές διαπίστωσαν βάσει εξετάσεων σε άνδρες και γυναίκες άνω των 50 ετών, ότι η μοναξιά επιδρά στην φυσική κατάσταση και την άμυνα του οργανισμού αυξάνοντας τη δράση των γονιδίων (CTRA) που καταστέλλουν τη δυνατότητα του ανοσοποιητικού συστήματος να καταπολεμά τους ιούς και τις φλεγμονές.

Επίσης σύμφωνα με την έρευνα που δημοσιεύθηκε στην ιατρική επιθεώρηση *Proceedings of the National Academy of Sciences*, ακόμη και ένα κατοικίδιο, βοηθά στην καταπολέμηση της μοναξιάς και την βελτίωση των δεικτών υγείας.

Νίκη Ψάλτη

Πηγή: vita.gr