

La soledad, "mala para el corazón"

Publicado el: 13-12-2017

Un nuevo estudio concluyó que el aislamiento social podría afectar el funcionamiento del corazón en los hombres. Según el equipo de investigadores, los hombres que se mantenían alejados de las reuniones sociales tenían niveles más altos de una sustancia química en la sangre relacionada con las enfermedades coronarias.

El componente, llamado interleukina-6 (IL-6), promueve la inflamación que ayuda a las paredes arteriales a expandirse y endurecerse, lo que podría conducir a los ataques del corazón y cerebrales. Más de 3.000 hombres en Estados Unidos participaron en el estudio del corazón Framingham.

Los hombres, con una edad promedio de 62 años, se sometieron a exámenes físicos y respondieron una serie de preguntas sobre su vida social. Se les preguntó si eran casados o solteros, cuántos amigos o familiares tenían en los cuales podrían confiar, y hasta qué punto participaban en actividades de grupos y reuniones o servicios religiosos.

Una escala social

En base a los resultados, a los hombres se les asignaba una calificación de red social del uno al cuatro. Los que se mantenían aislados socialmente estaban al fondo de la escala y los que estaban muy conectados, al principio. Los investigadores descubrieron que el nivel promedio de IL-6 en la sangre de los hombres con una calificación alta era mucho mayor que los que tenían contactos sociales.

El director de la investigación, Eric Loucks, concluyó que tener amigos cercanos y una familia, o estar vinculado con grupos comunitarios y religiosos es bueno para la salud de los hombres. "Nuestro análisis sugiere que podría ser bueno para el corazón mantenerse conectado", expresó Loucks. Sin embargo, los médicos no encontraron la misma relación en el caso de las mujeres. Los resultados de la investigación fueron presentados ante una conferencia de la Asociación estadounidense del corazón en Washington, DC.

Fuente: <https://netsaluti.com>