



Un estudio demuestra que hay personas que envejecen más rápido

BARCELONA Redacción

Hay personas que envejecen de una forma más lenta y otras, más rápidamente. Así lo ha demostrado un equipo internacional de expertos que han conseguido medir la edad real y la velocidad de envejecimiento individual. El colesterol, la presión sanguínea o el índice de masa corporal son factores que influyen en la velocidad en que se envejece.

Si se puede medir el proceso de envejecimiento y hallar qué factores lo aceleran, tal vez se podrían prevenir algunas de las enfermedades asociadas a la edad, como las cardiopatías o la diabetes. Esa era la premisa de la que partían estos expertos de la Escuela Universitaria de Medicina de Duke y cuyas conclusiones acaban de publicarse en la revista *Proceedings of the National Academy of Sciences (PNAS)*. Los científicos analizaron cómo variaban 18 biomarcadores en unos mil voluntarios jóvenes nacidos entre 1972 y 1973 en la misma ciudad y procedentes de un estudio longitudinal realizado en Nueva Zelanda.

Los investigadores analizaron factores biológicos como la presión sanguínea, el coleste-

rol, el índice de masa corporal, los sistemas metabólico e inmunitario, la inflamación, e incluso la longitud de los telómeros (los extremos de los cromosomas, que se acortan con la edad), entre otros. En función de esas medidas, calcularon la edad biológica para cada individuo cuando tenían 26, 32 y 38 años. A partir de ahí calcularon cuál era la velocidad a la que envejecían.

Vieron que mientras, en general, la mayoría de las personas envejecen un año biológico por cada año cronológico, otras llegaban a aumentar hasta tres por cada nuevo cumpleaños. A estos últimos los científicos los sometieron a pruebas de equilibrio, cognitivas y físicas que los gerontólogos suelen usar con las personas mayores y hallaron que sufrían un descenso más rápido del cociente intelectual, tenían un mayor riesgo de desarrollar algún tipo de demencia y peor estado físico que sus compañeros; por ejemplo, les costaba más subir escaleras. En el otro extremo, unos pocos tenían un ritmo biológico de envejecimiento negativo: los 12 años transcurridos entre la primera medición y la última no habían pasado factura a la biología de su organismo.●