

TENDENCIAS

6 Formas en las que tu estatura impacta en tu bienestar físico y mental

El Ciudadano · 8 de octubre de 2015



1. Puedes ser más propensa a padecer cáncer



Un nuevo estudio que se llevó a cabo en Suecia encontró que entre más alt@ seas, mayor será el riesgo de tener cáncer. De hecho, los investigadores descubrieron que si dos personas tienen el mismo riesgo de padecer cáncer (basados en la genética y el estilo de vida), la persona más alta tendrá 18% más probabilidad de desarrollarlo por cada 10 centímetros.

También se descubrió que las mujeres altas tienen 30% más probabilidad de desarrollar cáncer de piel y son 20% más propensas a desarrollar cáncer de mama. ¿Sorprendente, no? Los investigadores no han identificado el por qué tener unos centímetros más de altura podría conducir a un riesgo extra, pero su mejor conjetura es que mientras más células y tejidos se tienen, hay más probabilidad de que algunas de esas células se desarrollen de manera anormal y se conviertan en cancerosas.

Además del cáncer de mama y de la piel, las mujeres altas también tienen un ligero riesgo de padecer cáncer de ovario (tres por ciento más). Aunque este porcentaje es bajo, este tipo de cáncer es un asesino silencioso, así que: chicas altas, asegúrense de visitar con más frecuencia al ginecólogo. Recuerden que más vale prevenir que lamentar.

2. Ser alta le da a tu corazón ventajas y desventajas

Un estudio del Rush University Medical Center en Chicago reveló en el 2014 que las personas más altas tienen mayor riesgo de padecer problemas del corazón, como la fibrilación auricular y la enfermedad de la válvula. Sin embargo, los investigadores también encontraron que enfermedades como la insuficiencia cardíaca congestiva y enfermedades en las arterias coronarias son menos comunes en las personas que tienen una altura mayor.

¿Cuál es la razón? Existen dos hipótesis: para las ventajas, los investigadores concluyeron que la gente de estatura pequeña tienen válvulas más pequeñas que se pueden obstruir con mayor facilidad; para los casos en los que la altura pone en riesgo la salud del corazón, los científicos están estudiando las hormonas del crecimiento para tratar de obtener una explicación. Una hipótesis dice que la hormona que hace que las personas tengan un cuerpo alto y bien proporcionado también hace que sean más susceptibles a problemas cardíacos.

3. Las personas altas tienden a vivir menos

Según un estudio de la Universidad de Hawai, existe un gen conocido como ‘el gen de la longevidad’, que no sólo alarga la vida útil, sino que también acorta la estatura. Lamentablemente para las mujeres altas esto significa que es más probable que su tiempo de vida sea más corto. Por el contrario, las mujeres con una estatura menor a 1.65 metros suelen vivir más tiempo.

4. Ser alt@ podría reducir el riesgo de padecer diabetes

El análisis posterior de 18 estudios publicados por la revista *Obesity Reviews* encontró que entre más alta es una mujer, menos son sus probabilidades de que desarrolle diabetes tipo 2. Sin embargo, la correlación no es igual para los hombres: sin importar su altura corren el mismo riesgo.

5. La demencia podría ser más común en las personas bajitas y es, por lo tanto, una ventaja para l@s alt@s

Los investigadores de la Universidad de Edimburgo, en Escocia, llegaron a la conclusión de que las personas que miden menos de 1.54 tienen un 35% más riesgo de sufrir demencia que las que tienen una altura superior a 1.62.(esto principalmente aplicable a las mujeres)

Entonces, ¿cuál es la relación entre la altura y la demencia? Según los investigadores, tener una estatura menor puede ser producto de dificultades del desarrollo en la infancia, como el estrés o la mala alimentación, que son factores de riesgo para la demencia.

6. Las personas altas podrían ser más inteligentes

La altura puede ser ventajosa para tu cerebro: de acuerdo con un estudio realizado en la Universidad de Edimburgo, las personas más altas tienen un coeficiente intelectual un poco superior.

Investigaciones anteriores habían encontrado conexiones familiares no muy impactantes (padres altos inteligentes = niños altos inteligentes), pero este es el primer estudio que encontró la misma relación entre las personas que no comparten ADN.

Fuente: [Ok](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)