

BOLIVIA / LATINOAMÉRICA

Encuentran que cerebros de indígenas de la Amazonia boliviana envejecen menos gracias a su estilo de vida

El Ciudadano · 29 de mayo de 2021

La disminución de sus volúmenes cerebrales con la edad es un 70% más lenta que en las poblaciones occidentales, según el estudio.



El estilo de vida preindustrial que llevan los indígenas tsimane, habitantes de la Amazonía boliviana, incide positivamente en el retraso del ritmo de envejecimiento de sus cerebros.

El hallazgo fue realizado por un equipo de investigadores internacionales, que llevó adelante un estudio, publicado en la revista Journal of Gerontology, Series A: Biological Sciences and Medical Sciences, que se centró en la población tsimane, cuyos aproximadamente 16.000 miembros viven de la agricultura, la caza, la recolección y la pesca, reseñó el portal DW.

Los tsimane son un pueblo que vive en la región amazónica de Bolivia. Aunque sus asentamientos están lejos de la civilización, lejos de hospitales, su salud suele ser mejor que la de personas de países industrializados.

A pesar de que tienen poco o ningún acceso a la atención médica, a diferencia de los habitantes de las naciones industrializadas –más sedentarios y con una dieta rica en grasas saturadas–, los tsimane son extremadamente activos físicamente y consumen una dieta rica en fibra que incluye verduras, pescado y carne magra.

La disminución de sus volúmenes cerebrales con la edad es un 70% más lenta que en las poblaciones occidentales, según el estudio.



En la Amazonia boliviana, mujeres protegen el bosque y se empoderan
Estilo de vida preindustrial incide en el retraso del envejecimiento cerebral de los indígenas. Foto: WEB.

Perjudiciales estilos de vida modernos

Investigaciones anteriores han revelado que incluso los adultos tsimane de mayor edad rara vez padecen las afecciones habituales en la época actual, como la obesidad, la hipertensión arterial, la diabetes y la obstrucción de las arterias del corazón.

«Los tsimane nos han proporcionado un increíble experimento natural sobre los efectos potencialmente perjudiciales de los estilos de vida modernos en nuestra salud», dijo el autor del estudio Andrei Irimia, profesor asistente de gerontología, neurociencia e ingeniería biomédica de la Universidad del Sur de California (USC).

«Estos hallazgos sugieren que la atrofia cerebral puede ralentizarse sustancialmente con los mismos factores de estilo de vida asociados a un riesgo muy bajo de enfermedad cardíaca», dice Irimia según se lee en el comunicado de prensa de la USC. Para el estudio, los investigadores reclutaron a 746 adultos tsimane de entre 40 y 94 años y los trasladaron a la ciudad boliviana de Trinidad para someterlos a escáneres cerebrales. Esos resultados se compararon con los escáneres cerebrales de dos estudios anteriores de adultos estadounidenses y europeos.

Corazones más sanos lleva a cerebros más sanos

Así, los científicos descubrieron que la diferencia de volúmenes cerebrales entre la mediana edad y la vejez es un 70% menor en los tsimane que en las poblaciones occidentales; la pérdida acelerada de volumen cerebral puede ser un signo de demencia.

No obstante, los investigadores señalan que los tsimane tienen altos niveles de inflamación, lo que suele asociarse a la atrofia cerebral en los occidentales. Pero su estudio sugiere que la alta inflamación no tiene un efecto pronunciado en los cerebros de los tsimane.

Según el comunicado de prensa, los bajos riesgos cardiovasculares de los tsimane pueden compensar su riesgo inflamatorio provocado por las infecciones, lo que plantea nuevos interrogantes sobre las causas de la demencia.

Una posible razón es que, en los occidentales, la inflamación está asociada a la obesidad y a causas metabólicas, mientras que en los tsimane está impulsada por

infecciones respiratorias, gastrointestinales y parasitarias. Según los investigadores, las enfermedades infecciosas son la principal causa de muerte entre los tsimane.

«Nuestro estilo de vida sedentario y nuestra dieta rica en azúcares y grasas pueden estar acelerando la pérdida de tejido cerebral con la edad y haciéndonos más vulnerables a enfermedades como el Alzheimer», afirma el autor del estudio, Hillard Kaplan. «Los tsimane pueden servir de referencia para el envejecimiento saludable del cerebro», agrega.

Otras noticias de interés:

Argentina lanzó campaña internacional para buscar en el exterior a hijos de desaparecidos durante la dictadura

Fuente: [El Ciudadano](#)