

¿A qué edad comenzamos a envejecer? ¿Cuáles son los signos del envejecimiento?

7 enero, 2020



Investigadores de la Universidad de Stanford descubrieron a qué edad el organismo humano comienza a envejecer. Según la investigación publicada en la revista científica Nature Medicine, los investigadores concluyeron que los primeros signos de envejecimiento comienzan a aparecer a los 34 años.

La conclusión llegó después de que los especialistas analizaran el plasma sanguíneo de más de 4.300 personas en busca de posibles alteraciones relacionadas a los cambios en los niveles de proteínas según la edad. Descubrieron que existen tres puntos de inflexión en la vida: a los 34 años, a los 60 y a los 78.

Según el equipo liderado por Benoit Olivier Lehallier, la

primera etapa de envejecimiento comienza a los 34 años, cuando comienzan a manifestarse los primeros signos. A los 60 se manifiesta el deterioro físico, cognitivo y enfermedades relacionadas con la edad. Disminuye la masa ósea y los tejidos se atrofian. A los 78, los órganos empiezan a fallar. Estas tres etapas podrían identificarse con una primera edad adulta temprana, una edad media tardía y la tercera, edad de la vejez.

Para llegar a estos resultados, los investigadores desarrollaron un “reloj proteómico” para calcular la edad biológica de una persona basándose en los niveles de 373 proteínas.

“La identificación de proteínas que promueven o antagonizan el envejecimiento en diferentes etapas de la vida podría conducir a terapias más específicas y a otras de tipo preventivo”, remarca el estudio.

Las tres edades tomadas como momentos de inflexión en la curva del envejecimiento mostraron cambios notables en el recuento de proteínas. “Esto sucede porque en lugar de simplemente aumentar o disminuir de manera constante o permanecer igual durante toda la vida, los niveles de muchas proteínas permanecen constantes durante un tiempo y luego en un punto u otro experimentan cambios repentinos hacia arriba o hacia abajo”, explicó Wyss-Coray, profesor de neurología y uno de los autores del este estudio.

Los 5 signos del envejecimiento

- El metabolismo se vuelve más lento.
- La estructura ósea se debilita.
- Aparecen problemas para recordar cosas.
- Se modifican los patrones del sueño.
- La estructura ósea comienza a deteriorarse.

Fuente: Página 12