

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Życie z optymistą zmniejsza prawdopodobieństwo demencji

Optymistycznie nastawiony do życia partner może być czynnikiem zmniejszającym ryzyko demencji w jesieni życia - wynika z badań opublikowanych w „Journal od Personality”.

Naukowcy z Michigan State University przez osiem lat gromadzili dane na temat blisko 4,5 tys. heteroseksualnych małżeństw po 50. roku życia zarejestrowanych w Health and Retirement Study. Analiza wskazała na zależność pomiędzy spędzaniem życia z optymistami a zmniejszeniem prawdopodobieństwa rozwoju demencji, choroby Alzheimera i innych ubytków poznawczych. Badania wykazały także, że pary te pamiętają więcej szczegółów dotyczących wspólnych przeżyć.

„Zdrowy styl życia zmniejsza ryzyko demencji i choroby Alzheimera. Te wyniki wskazują, że osoby, które są w związkach z optymistami częściej utrzymują prawidłową masę ciała i są bardziej aktywne fizycznie. Optymiści wydają się dawać swoim partnerom dobry przykład i motywować do pozytywnych zmian zachowania. Gdy partner jest optymistą, jego spojrzenie na świat udziela się drugiej połowie, co sprzyja dłuższemu życiu i lepszej kondycji umysłowej” – zauważa dr William Chopik, współautor badań.

„Niektóre badania wskazują, że optymizm może być przekazywany w genach, jednak istnieją także wyniki wskazujące, że optymizmu można się nauczyć. Oczywiście przy odpowiednim zaangażowaniu w pracę nad sobą” – podsumowuje dr Chopik.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29437.html>



23-12-2024

[Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

[Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy