

[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

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



01-06-2026

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

[Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

[10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

[Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#)

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

[AGH uruchomiła laboratorium](#)

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

[UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

[W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński](#)

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

[3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat](#)

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium](#) [UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026 Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy