

Fecha: 25-07-2025

Fuente: The Clinic

Título: **Estudio reveló que tu cerebro envejeció 5,5 meses más rápido durante la pandemia de covid-19, incluso si no enfermaste**

Visitas: 63.339

VPE: 275,842

Favorabilidad: No DefinidaLink: <https://www.theclinic.cl/2025/07/25/estudio-revelo-que-tu-cerebro-envejecio-55-meses-mas-rapido-durante-la-pandemia-de-covid-19-incluso-si-no-enfermaste/>

Un estudio publicado en la revista Nature concluyó que los cerebros de las personas envejecieron 5,5 meses más rápido durante la pandemia, incluso en aquellos que no se contagiaron de covid-19. <p>"El deterioro neurológico podría afectar a otros sistemas, como el cardiovascular", explicó a The Clinic el académico del Centro de Investigación Biomédica UDP, Daniel Bórquez. </p> <p> Un estudio publicado por Nature constató que los cerebros de las personas envejecieron más rápido durante el periodo de la pandemia del covid-19, incluso el de aquellos que no se contagiaron. Los daños fueron más notorios en personas mayores, hombres y aquellos que vivían en entornos vulnerables. </p> <p> Sin embargo, el experimento constató que los participantes que se contagiaron con covid-19 tenían menos agilidad mental que aquellos sanos.

Esto sugiere que el envejecimiento cerebral no está relacionado con el deterioro del pensamiento y la memoria. <p> <p> Según la investigación, el cerebro de las personas que sobrevivieron a la pandemia del covid-19 envejeció -en promedio- 5,5 meses más rápido.

"La salud cerebral se ve afectada no solo por la enfermedad, sino también por nuestro entorno cotidiano", señaló el coautor del estudio, Ali-Reza Mohammadi-Nejad, investigador de neuroimagen en la Universidad de Nottingham, Reino Unido. <p> <p> Las consecuencias del envejecimiento cerebral <p> El académico del Centro de Investigación Biomédica UDP, Daniel Bórquez, explicó a The Clinic que "aunque todos los órganos del cuerpo envejecen y sufren un declive de sus funciones con la edad. Sin lugar a dudas hay dos cuyo envejecimiento más impacta en la pérdida de la autonomía en los adultos mayores: el cerebro y el músculo.

No es menor que una enfermedad neurodegenerativa asociada al envejecimiento, como es la Enfermedad de Alzheimer, sea la principal causa de deterioro cognitivo y demencia y una de las enfermedades que tendrá mayor impacto socioeconómico en este siglo". <p> <p> "El cerebro no sólo es el centro de comando del cuerpo, sino que recibe muchísima información desde el resto de los órganos.

Por ejemplo, el cortisol, una hormona que se encuentra elevada en situaciones de estrés es capaz de alterar la estructura de nuestras neuronas haciendo que la comunicación entre ellas sea menos eficiente y generando deterioro cognitivo. Estos efectos son más pronunciados en niños y adolescentes, ya que en ellos el cerebro aún se encuentra en desarrollo. Por ejemplo, de ciertos tipos de células relevantes para el correcto funcionamiento de los circuitos neuronales.

Posiblemente esta plasticidad los haga vulnerables a que el deterioro genere cambios en las emociones o comportamientos", añade. <p> <p> El efecto pandemia <p> Con respecto a la pandemia, Bórquez aseveró que "el impacto en la salud mental de la población fue desde el primer momento una preocupación.

Aunque a nivel de salud pública quedó relegado a un segundo plano, un efecto colateral de las medidas para detener la expansión del virus y así lograr salvar la mayor cantidad de vidas posible". <p> <p> "También sabíamos que el SARS-CoV-2 podía llegar a nuestro sistema nervioso y persistir por meses, generando un daño agudo. Pero lo que nos revela este estudio es más preocupante: que la pandemia en sí, independiente del contagio de virus, tuvo un impacto neurológico que posiblemente sea más prolongado o incluso irreversible.

Y también revela que lamentablemente este impacto es mayor en contextos socioeconómicos vulnerables", afirmó. <p> <p> Junto con eso, el académico subraya que "la pregunta más importante que queda después de este estudio es si la aceleración del envejecimiento cerebral que causó la pandemia puede contrarrestarse y volver a su curso natural. Ahora, la desviación es menor, unos 5 meses y medio. Por lo que su impacto podría ser acotado.

Sin embargo, estudios recientes muestran que el cerebro es uno de los órganos que más influencia la velocidad de envejecimiento del resto del organismo, así que el deterioro neurológico podría afectar a otros sistemas, como el cardiovascular". <p> <p> "Las medidas más efectivas para cuidar nuestro cerebro no vienen desde la medicina, sino desde la propia sociedad.

Los países más felices y con mejor salud mental son aquellos en que existe una seguridad social fuerte en salud, educación y pensiones, jornadas laborales menos extensas que permitan compatibilizar la vida familiar y social con el trabajo, y una promoción de estilos de vida saludables desde la dieta al ejercicio", sentencia. </p>

