

علماء يؤكدون أن التعلم يبطل الشيخوخة



أجرى العلماء في جامعة "كولومبيا" دراسة طويلة الأمد بين الأمريكيين، فأظهرت نتائجها أن الذين يتعلمون أكثر يعيشون حياة أطول.

يقول الممثل الروسي الحكيم: "عش إلى الأبد، وتعلم إلى الأبد"، مما يعني أنه يمكنك اكتساب المعرفة حتى في سن الشيخوخة. ومع ذلك، فبعد البحوث التي أجريت في جامعة "كولومبيا" اتخذت الحكمة معنى جديدا حيث حل السبب محل النتيجة. لقد فوجئ العلماء الأميركيون عندما اكتشفوا أن التعلم هو الذي يساعد الإنسان على تأخير مرحلة الشيخوخة، فكلما درست أكثر، كلما عشت لفترة أطول. أو بعبارة أخرى، "تعلم إلى الأبد، عش إلى الأبد".

وقام الأمريكيون من مجلة Open Network JAMA بتحليل البيانات التي تم جمعها خلال دراسة ضخمة شملت أكثر من 3 آلاف مواطن أمريكي، أجراها الباحثون منذ عام 1948 في إطار مشروع Study Heart Framingham. فاتفق أن الذين لم يتركوا المدرسة مبكرا يعيشون حياة أطول وأكثر صحة. وعلاوة على ذلك، فإن الذين واصلوا السعي للحصول على المعرفة لم تتلف خلايا أجسادهم بسرعة.

وخلص الباحثون في مجلة Open Network JAMA إلى أن عامين إضافيين من التعلم في المدرسة يبطل

الشيخوخة بمعدل 2 إلى 3 بالمائة".